:

नित्यकर्मप्रकरण

मौलिक प्रवाह

संस्कारप्रतिको कर्तव्य

संस्कारकर्म भनेको दोष हटाएर गुण स्थापित गर्ने कर्म हो । हामीले गर्दै आएका कर्महरू अनेक कारणले कतै विकृत भएका छन् भने त्यसमा सुधार गर्ने कर्म पनि संस्कार कर्म नै हुन्छ । गुण स्थापित गर्नु, जिर्णोद्धार वा परिमार्जन गर्नु र योग्य बनाउने कर्म गर्नु संस्कार गर्नु हो यसैले संस्कार भनेको मूल स्वरूपमा ल्याउनका लागि गरिने कर्म हो ।

संस्कारकर्मको चिन्तन ऋग्वेदकालदेखि नै भएता पनि ऋग्वेदकालमा संस्कारको त्यति उल्लेख गरिएको पाइँदैन । यसपछिको ब्राह्मणकालमा उपनयन र अन्त्यष्टि संस्कारको संस्कारहरु उल्लेख छ । त्रेतायुगदेखि सूत्रकाल आएको हो । यसपछि संस्कारका अनेक नाम पाइन्छन् । गौतम गृहसूत्रमा ४० वटा संस्कारहरुको उल्लेख छ । बैखानस धर्मसूत्रमा ४० संस्कारमध्ये १८ वटा शरीर सम्वन्धी र २२ वटा यज्ञ सम्बन्धी संस्कार छन् ।

सनातन हिन्दू समाजमा गर्भाधानदेखि अन्त्यष्टि संस्कारसम्म १६ प्रकारका संस्कारहरु प्रचलनमा आएका छन् । संस्कारका सम्बन्धमा ४८ प्रकारकासम्म चिन्तन भएको पाइन्छ तर जन्मनु अगाडि गरिने गर्भाधान संस्कार, पुंसवन संस्कार, सिमन्तोनयन संस्कार, जन्मेपछि गरिने जातकर्मसंस्कार, नामकर्मसंस्कार, निष्क्रमणसंस्कार, अन्नप्रासन –संस्कार, चुडाकर्मसंस्कार, कर्णभेदसंस्कार, विद्यारम्भसंस्कार, उपनयन, केशान्त/गोदानसंस्कार, समावर्तनसंस्कार, विवाहसंस्कार, वानप्रस्थसंस्कार र अन्त्येष्टिसंस्कार संस्कार गरी सोह्रसंस्कार बहुप्रचतित छन ।

:

संस्कार विना शुद्ध, पवित्र र योग हुन सक्तैन त्यसैले संस्कार मानवजीवनको गहना हो । यसर्थ हाम्रा संस्कारहरू हामीले नै जोगाउनुपर्छ ।

वैदिक सनातन धर्मभित्रका संस्कारहरू विश्वका लागि नै उदाहरणीय छन् । हामीले संस्कारलाई जीवन्त राख्तै कर्महरूमा प्रयोग गर्‍यौँ भनेमात्र आउँदो पुस्ता वा छोराछोरीहरूले यसलाई व्यवहारमा प्रयोग गर्दछन् । संस्कारका अध्यात्म र भौतिक दुईस्वरूप छन् ।

अध्यात्मसंस्कार हृदयसँग जोडिएको छ । अध्यात्मसंस्कारले मन, बुद्धि र चित्तशोधन गर्दछन् । मन, बुद्धि, चित्त र अहङ्कार रहने स्थान अन्तःकरण हो । अन्तःकरणशुद्धि गर्नु भनेको अध्यात्म संस्कारलाई नियमित प्रयोगमा ल्याउनु हो । अन्तःकरण शुद्ध राख्नु भनेको आफूलाई परमात्मासँग नजिक राख्नु हो ।

अन्तःकरण शुद्ध रहेपछि आत्माको तह पवित्र बनिरहन्छ । यसबाट हाम्रो जीवन शुद्ध बन्दछ । अन्तःकरणशुद्ध राख्नकै लागि साँझबिहान घरमा नुहाइसकेर शुद्ध हुने, चन्दनटीका लगाएर शान्त मुद्रामा उत्तर वा पूर्व फर्किएर भगवानलाई सम्मुख पारेर बस्ने हाम्रो परम्परा छ । मनलाई शान्त राखेर दियो, कलश र गणेश र इष्ट देवता र कामनापूर्तिका लागि स्थापित गरेका देवताहरूको पूजा गरी धुपबत्ती बालेर प्रसाद चढाइसकेपछि हात जोडेर प्रार्थना गर्ने हाम्रा दैनिकी कर्म हुन् । जुन घरमा यी दैनिकी कर्महरू नियमित हुने गरेका छन् त्यहाँको परिवारमा एक आपसमा आदर, सदभाव र मर्यादाहरू जीवन्त हुन्छन् । घरको वातावरण शान्त र आनन्ददायी हुन्छ ।

गृहस्थ जीवन ब्रह्मचारी, सन्यासी र वानप्रस्थ तीन आश्रमकै परिपालक र संरक्षक हो । गृहस्थ परिवार र अन्य प्राणीको पोषणसँगै ऋषि, देव र पितृऋण चुक्ता गर्ने सर्वोत्तम आश्रम हो । यस आश्रममा रहनेलाई गृहस्थी भनिन्छ । गृहस्थीले नित्य, नैमित्तिक र काम्यकर्महरू गर्नुपर्छ ।

:

शास्त्रीय कर्मले प्रारब्ध दोषहरू नाश हुन्छन् त्यसैले सावधान भएर आफू र आफ्नो परिवारलाई सत्मार्गमा हिँडाउनुपर्छ ।

परिवारमा संस्कारकै रूपमा नित्यपूजा, ध्यान र प्रार्थना गर्ने आनीबानीको विकास गराउन सकियो भनेमात्र छोराछोरीहरू सकारात्मक बन्दछन् । यस्तो वातावरणबाट सन्ताहरूले आमाबुबा र आफन्त जनप्रति मर्यादाको व्यवहार गर्न सिक्छन् । सूर्योदयमा फिँजिँदै गरेका सूर्यका किरणसँग हामीले बजाएको घण्टीको आवाजले नराम्रा उर्जा(शक्तिहरू) दुर्बल हुन्छन् र सकारात्मक शक्ति बलिया हुन्छन्, हाम्रा मस्तिष्कमा शान्तिको सञ्चार गर्दछ ।

घण्टी र शङ्ख बजेका घरभित्र भूत, प्रेत, पिसाचहरू रहन सक्तैनन् । तिनीहरू घरभित्र रहँदा हामीभित्र रिस, ईर्ष्या र द्धेषहरू जाग्छन् । यी नराम्रा कुराहरू हटाउनका लागि घण्टी र शङ्ख बजाउनुपर्छ । काम, क्रोध र लोभ हाम्रा प्रमुख शत्रु हुन् । यिनीहरूले नै हामीलाई पाप कर्मतिर लिएर जान्छन् । यिनीहरूलाई मनबाटै हटाउनका लागि प्रार्थना, जप र भजन गर्ने बानी बसाउनुपर्छ ।

प्रार्थनाले मन शुद्ध बनाउँछ । मन पवित्र भएपछि व्यवहार आफैं सुध्रिन्छन् त्यसैले घरमा बिहान बेलुका पूजा गर्नु आवस्यक हुन्छ । पूजा गरिसकेपछि मान्यजनले सन्ततिलाई टीका प्रसाद लगाई आशीर्वाद दिने र सविनयी भएर मान्य जनलाई सादरपूर्वक नमन गर्ने परम्परा सुरक्षित गर्नुपर्छ । यसले छोराछोरीहरूमा मातापिता, गुरु र मान्यजनप्रतिको आदर सद्भाव बढ्दै जान्छ र वातावरण नै शान्त हुन्छ ।

हाम्रा अग्रज पूर्खाहरू ऋषि हुन् । वैदिक कालमा सर्वज्ञ क्षमता रहेका वैज्ञानिकलाई ऋषि भनिएको छ । आज वैज्ञानिक भनेको अलग र ऋषि भनेको अलग होला भन्ने धेरैलाई लागिरहेको छ । आधुनिक वैज्ञानिक र वैदिककालीन वैज्ञानिकहरूमा आकाश जमिनको फरक छ

:
। वैदिककालीन वैज्ञानिक (ऋषि) हरू अनन्त ब्रह्माण्डका बारेमा र सञ्चालक शक्तिका बारेमा उत्तिकै निष्कर्षमा पुगेका थिए तर आज ब्रह्माण्डको सामान्य बाहिरी पक्षको मात्र अनुसन्धानमा पुगेका छन् । वैदिककालीन ऋषिहरूले घरलाई मन्दिर र घर वरिपरिको वातावरणलाई साधनाको उपयोगी स्थलको रूपमा लिएका थिए । त्यसैले तुलसी, पीपल, जलधारा, कुवा, शौचालय सबैको आध्यात्मिक तरिकाले व्यवस्थापन गरेका थिए ।

घरको अगाडि मूल द्वारको वायाँ वा दायाँतर्फ तुलसी रोप्नुपर्छ । तुलसीबाट निस्कने शक्ति र सुगन्धले रोग भित्र्याउने खालका किटाणुहरू रहन सक्तैनन् । तुलसीको उर्जा घरभित्र प्रवेश गर्न सकेको खण्डमा घरभित्रको वातावरण मन्दिरमय बन्दछ । यही कारणले हरेक दिन तुलसीमा जल चढाएका हौँ । पानीको स्पर्श हुदाँ तुलसीभित्रको शक्ति हामीमा छिट्टै प्रवेश गर्छ । रोग निको हुन्छ बुद्धि शुद्ध बन्छ ।

यसरी नै गाईको गउँतले करङ्ग र हाडभित्रका रोगसमेत नाश हुन्छन् भने गाईको गोबरमा शरीरलाई हानी गर्ने किटाणु नाश गर्ने शक्ति हुन्छ त्यसैले घर आँगन र पूजा गर्ने ठाउँमा गोबरले लिप्ने परम्परा चलेको हो ।

घरबाट बाहिर निस्कँदा साझा चौतारीहरूमा वर र पीपल लगनएर समाजमा रहेका नकारात्मक उर्जालाई हटाई सकारात्मक उर्जा भर्ने काम काम गरिएको थियो । यति गहन र व्यावहारिक विज्ञानसम्मत हाम्रा आफ्ना परम्पराहरू आजभोलि हामीले नै मासिरहेका छौँ त्यसैले हामीहरूभित्र चिन्ता, दुख र आलस्यका शक्तिहरू बढ्दै गएका छन् ।

गाईको दुध र घ्यू खाँदा मनमा सकारात्मक विचारहरू जन्मन्छन् किनभने गाईको दूध, दही र घ्यूमा अधिक मात्रामा सत्त्वगुण हुन्छ । मानसिक सुख र शान्तिको चाहना गर्नेले फलफूल गाईको दूध आदि सात्विक भोजन गर्नुपर्छ । तामसी आहार र

:
विहारबाट टाढा रहन सकेमा मात्र आफू र आफ्ना सन्ततिको भविष्य सुरक्षित गर्न सकिन्छ यही नै हाम्रो मुख्य कर्तव्य हो ।
यसर्थ नित्य, नैमित्तिक र काम्य सबै कर्महरू संस्कारमय बनाएर अग्रजहरूले हाम्रो हातमा सुम्पिएका छन् । यसको संरक्षरण गर्नु हाम्रो कर्तव्य हो ।

पूजा एवं उपासना

पूजा श्रद्धा, निष्ठा र विश्वासको पूर्ण अभिव्यक्ति हो। यसमा भक्तिको प्रचुरता रहन्छ। विना भक्ति श्रद्धा हुँदैन र विश्वास विना श्रद्धा जाग्दैन त्यसैले पूजामा विश्वास श्रद्धा र भक्ति अभिव्यक्त हुनुपर्छ। **पूज् पूजायां** धातुबाट पूजा शब्द बन्ने हो। **पूजनमिति पूजा** यस्तो व्युत्पत्ति हुन्छ। जसको उद्देश्य राखेर पूजा गरिँदै छ, उसप्रतिको हार्दिक आदर, सम्मान प्रस्तुत गर्नु नै पूजा हो ।

पूजासँगै जोडिएर उपासना पनि आएको हुन्छ । उपास्य देवताको नजिक रहने कर्मलाई उपासना भनिन्छ । पूजा एक उपासना नै हो । वैदिक चिन्तनमा कर्म, उपासना र ज्ञान त्रिभेद छन् । तर यी तीनको समन्वय विना फल प्राप्ति हुँदैन । कर्मकाण्डमा पूजाको विशेष स्थान छ । बाह्य र आभ्यन्तर भेदले यो पूजा शारीरिक र मानसिक दुई प्रकारका छन् ।

पञ्चोपचार षोडशोपचारका द्रव्य र पदार्थहरूले गरिने पूजा शारीरिक हो भने भगवानलाई जे चढाउन मन लागेको छ त्यसको कल्पना गरी मानसिक रूपले गरिने पूजा मानसिक पूजा हो। मानसिक पूजाको समयमा भाव भने यथार्थतहमा रहनुपर्छ। मानसिक पूजाको भावमा कल्पनाले प्रवेश गऱ्यो भने मानस पूजा अपूर्ण हुन्छ।

:

भगवानका सगुण[1] र निर्गुण[2] दुई स्वरूप छन् । सगुण स्वरूपका पनि सगुण साकार[3] र सगुण निराकार दुई भेद छन् । यी दुई भेदमा सगुण साकार भगवानका मानवका जस्तै विग्रह(अङ्ग)हरू छन् । सगुण निराकारको अभिव्यक्ति भनेको चाँहि आकाशवाणी आदि ध्वनि हो । उदाहरणका रूपमा योगीहरूले सुन्ने गरेको ॐकार ध्वनि सगुण निराकारको व्यक्त रूप हो । मानसिक पूजामा यी दुबैको पूजा गर्न सकिन्छ ।

पूजामा भक्तिको सर्वोच्च स्थान हुन्छ । भक्ति शब्द **भज सेवायां** धातुबाट बन्दछ । यसले दत्तचित्त र अनुरक्तलाई बुझाउँछ । सगुण र निर्गुण भक्तिका दुई प्रकार छन् । सगुण भक्तिमा भगवानका हरेक अङगहरूलाई हार्दिक रूपले पूजन, प्रशंसा अनि वर्णन गरिन्छ । यसमा भगवानका लीलाको चित्रण, अवतार लिएर गरेका कामहरूको प्रशंसा गरिएका स्तोत्रहरू पढिन्छन् ।

निर्गुण भक्तिमा भने बोधमय निराकार स्वरूपभित्र रहने दिव्यताको मात्र बोध गरिएको हुन्छ । सगुण भक्तिका वात्सल्यमयी, प्रेममयी भेदहरू छन् । उदाहरणका रूपमा असुरहरूले गरेको शिवभक्ति र देवहरूले गरेका शिवभक्तिको भाव एकै छैन । असुरहरूले द्वेषमय भक्ति पनि गरेका छन् तर देवमानवलाई द्वेषमय भक्ति उचित हुँदैन ।

गुणका रूपमा सत्वमयी भक्ति ब्रह्मचिन्तन हो भने रजोमयी भक्ति देवदेवीहरूलाई प्रसन्न राख्न गरिएको सेवा हो । यसर्थ पूजा ब्रह्म र देवीको हुनुपर्छ । पितृहरू पनि देवपूजाकै अङग हुन् त्यसैले कुनै विशेष पूजामा पहिले पितृहरूको पूजा गरिन्छ । देव र पितृपूजामा वाक्य र भावको महत्व छ । देवताहरू भावको इच्छा

[1] रुप वा आकार भएको

[2] त्रिगुणभन्दा परको, पारलौकिक

[3] देखिने

:
राख्छन् भने पितृहरू शुद्ध वचनको इच्छा राख्दछन्। शुद्ध वचनले मात्र पितृहरूले पाउँछन् र शुद्ध भावले मात्र देवताहरूले पाउँछन्।

चित्तस्य शुद्धये कर्म न तु वस्तूपलब्धये ।
वस्तु सिद्धि विचारेण नकिञ्चित् कर्म कोटिभिः ॥३

कर्मले चित्त शुद्धि गराउँछ भने विवेकले वस्तु सिद्धि गराउँछ त्यसैले सत्कर्म र विवेकलाई बढाउने काम गर्नु मानवको कर्तव्य हो।

पूजाका लागि स्थान, द्रव्य र शरीर शुद्धिको उत्तिकै महत्व छ। स्थल शुद्धिले मनलाई एकत्रित गर्न मद्दत गर्छ। द्रव्य शुद्धिले पुण्य सञ्चयमा मद्दत गर्दछ। पूजाको प्रथम कर्म भनेको शरीरलाई सत्वमय बनाउनु हो। शरीर शुद्धिविना पूजाको अधिकारी हुन सकिँदैन। नुहाउनुमात्र शुद्धि होइन खानपान र लवाइको पनि उत्तिकै महत्व छ। आहार शुद्धि शत्व शुद्धिः भन्ने शास्त्रीय कथन छ।

वास्तवमा शुद्धता मन, वचन र कर्ममा नै आवश्यक छन्। कर्ममा गरिएको शुद्धताले वचन र मनको शुद्धतामा सहयोगी भूमिका खेलेको हुन्छ।

श्रत्+धा+अङ्+टाप्=श्रद्धा यसले आस्था, निष्ठा, र विश्वासलाई बुझाउँछ : शास्त्रस्य गुरुवाक्यस्य सत्यबुद्ध्यस्य धारणम्।

सा श्रद्धा कथिता सद्भिर्यया वस्तूपलब्धये ॥

शास्त्र र गुरु वाक्यमा सत्यबुद्धि राख्नु नै श्रद्धा हो। सत्यबुद्धिविना श्रद्धा प्रकट हुन सक्तैन। श्रद्धाको अधिकारी हुनका लागि अहङ्कारबाट पनि बच्नुपर्छ।

अन्तःकरणमेतेषु चक्षुरादिषु वर्ष्मणि ।
अहमित्यभिमानेन तिष्ठत्याभाष तेजसा ॥
अहंकार स विज्ञेयः कर्ताभोक्ताभिमान्ययम्।
सत्वादिगुणयोगेन चावस्थात्रयमस्नुते ॥[४]

---

[४] १०५, १०६ पृ[३१] पूर्ववत्

:

कर्ता भोक्ता बनी गुणहरूको चालमा अभिमान गर्दै चल्नु नै अहङ्कार हो । पूजा आदिमा अहंकार नासिनुपर्छ ।

कर्मकाण्डका हरेक कर्ममा पूजा अनिवार्य छ । यसलाई बुझेर व्यवहारमा ल्याउन सकिएको छैन । पूजा हृदतः निष्ठा, श्रद्धा, विश्वास र भक्तिले गर्नुपर्छ ।

आज मानिसले पूजालाई लौकिक व्यवहारमा एक औपचारिक कर्ममा मात्र बुझिरहेको छ । कर्तव्यका रूपमा पूजालाई नबुझुञ्जेल पूजाबाट प्राप्त हुने फल सहीरूपमा प्राप्त हुँदैन । कर्ता, गुरु र द्रव्यको शुद्धि अनिवार्य छ । समय पनि पूजाका लागि निकै आवश्यक छ । नित्य र नैमित्तिकका लागि समय गौण हुन्छ तर काम्यकर्मका लागि यो प्रधान हुन्छ ।

✠ ✠ ✠

:

मङ्गलगान

शुभ मङ्गल होस् शुभ मङ्गल होस् ।
शुभ मङ्गल होस् शुभ मङ्गल होस् ॥

तन मङ्गल होस् मन मङ्गल होस् ।
मति मङ्गल होस् गति मङ्गल होस् ।
अब चित्त विशुद्ध रहोस् जय होस् ।
सबमा ईश्वरमय दृष्टि बनोस् ॥१

विषय र इन्द्रिय सब मङ्गल हुन् ।
अब जीवजगत शुभ मङ्गल हुन् ।
मन, कर्म वचन सब शुद्ध रहून् ।
जडचेतन यी अब चैतन्य बनून् ॥२

पृथिवी, जलतेज र वायुसँगै ।
नभ मङ्गल हुन् भवभाव सबै ।
मन यो तन यो सब जागृत होस् ।
अब श्वासप्रश्वास सुधामय होस् ॥ ३

अभिमान हटोस् जग मङ्गल होस् ।
हरिचिन्मय चिन्तन जागृत होस् ।
जगदीश्वर ! जन्म सुधार हओस् ।
करुणामयको अब दृष्टि रहोस् ॥४

नित्यकर्म

नित्य शब्दले दैनिकलाई बुझाएको छ। हाम्रो वैदिक सनातन धर्मभित्र नित्य, नैमित्तिक र काम्य कर्महरु छन्। यी कर्महरूमध्ये नियमित रूपमा गर्नै पर्ने कुरालाई यहाँ दिइएको शीर्षकले बुझाउन खोजेको हो त्यसैले शास्त्रले बताएका नियमित संस्कारका रूपमा गरिने नित्य कर्महरु के के हुन् संक्षेपमा सबैलाई जानकारी होस् भन्ने उद्देश्य राखेर नित्य कर्मको क्रमलाई यहाँ राख्न खोजिएको छ। शास्त्रहरूलाई आधार मानेर विधि सम्मत् कुराहरू यहाँ रहेका छन्। हामीले यो आदर्श सभ्यताको केन्द्र नेपाल भूमिमा जन्मिएका छौ। यहाँ शास्त्र सम्मत् विधिहरु परम्परागत रुपमा आएका छन्। त्यसमा पनि यस परम्परामा गृहस्थ धर्मको विशेष भूमिका छ। गृहस्थले गर्नैपर्ने केही कुराहरू छन्।

स्नानं सन्ध्या जपश्चैव देवतानां च पूजनम्।
वैश्वदेवं तथाऽऽतिथ्यं षट् कर्माणि दिने दिने॥

सन्ध्यावन्दन, स्नान, जप, देवताको पूजन, वैश्वदेव, अतिथि सत्कार यी छ कर्महरू गृहस्थाश्रममा रहेका मानिसले प्रतिदिन गर्नुपर्छ। हरेक कर्मका आफ्नै महत्त्व र प्रभावहरू हुन्छन् त्यसैले बुझेर कर्म गर्नुपर्छ।

हरेक दिन ब्रह्म मुहूर्तमा उठ्ने नियम शास्त्रहरूले उल्लेख गरेका छन्। ब्रह्ममुहूर्त भनेको सूर्योदयभन्दा चार घडी(लगभग डेड घण्टा) पहिले हो। यो समयमा पृथ्वीमा ज्ञान, बुद्धि, आरोग्य दिने सकारात्मक शक्ति निस्किएको हुन्छ त्यसैले त्यो समयमा उठ्नुपर्छ। उठेपछि हाम्रो शरीरले त्यो शक्ति लिन सक्छ। पूजा, जप र ध्यान गर्दा त्यो शक्ति अझ छिटो शरीरमा प्रवेश गर्न सक्छ। बिहान उठेर

स्नान गर्नुभन्दा पहिले आफ्नो हातमा देवताहरूको दर्शन गरी भूमिको वन्दना गर्नुपर्छ। यसपछि देवताहरूको स्मरण गर्नुपर्छ।

बिहान उठ्ने वित्तिकै

करदर्शन : हातमा देवताको दर्शन

ॐ कराग्रे वसते लक्ष्मीः करमध्ये सरस्वती।
करमूले स्थितो ब्रह्मा प्रभाते कर दर्शनम्॥

हातको अगाडितिर लक्ष्मी, बीचमा सरस्वती र फेदमा ब्रह्मा रहनु भएको छ। उहाँहरूलाई म प्रातः कालमा दर्शन गर्छु। यसपछि पाँच देवताको प्रार्थना गर्नुपर्छ।

प्रातः वन्दना :

गणेश : प्रातः स्मरामि गणनाथमनाथबन्धुं
सिन्दुरपूरपरिशोभितगण्डयुग्मम्।
उद्दण्डविघ्नपरिखण्डनचण्डदण्ड–
माखण्डलादिसुरनायकवृन्दवन्द्यम्॥

इन्द्रादि देवहरूद्वारा वन्दना गरिएका, सिन्दुरले सुशोभित दुई गण्डस्थल भएका, अनाथका बन्धु, विघ्ननाशक गणेशलाई यो प्रातः कालमा म स्मरण गर्दछु।

सूर्य : प्रातः स्मरामि खलुतत्सवितुर्वरेण्यं
रूपं हि मण्डलमृचोद्रथतनुर्यजुंषि।
सामानि यस्य किरणाः प्रभवादिहेतुं
ब्रह्माहरात्मकमलक्ष्यमचिन्त्यरूपम्॥

तेजमय रूप जसको मण्डल ऋग्वेद, शरीर यजुर्वेद र किरण सामवेद छ। जो सृष्टिको कारण र ब्रह्मा र शिवको स्वरूपमा छ,

जसको रूप अचिन्त्य र अलक्ष्य छ । यस्ता सूर्यलाई म प्रातः कालमा स्मरण गर्दछु ।

देवी : प्रातः स्मरामि शरदिन्दुकरोज्ज्वलाभां
सद्रत्नवन्मकरकुण्डलहारभूषाम् ।
दिव्यायुधोर्जितसुनीलसहस्रहस्तां
रक्तोत्पलाभचरणां भवतीं परेशां ॥

शरदऋतुको चन्द्रमा जस्तै उज्वल, उत्तमरत्नहरूजडित मकरकुण्डल एवं हारले शोभित दिव्य आयुधद्वारा दीव्य हजारहात भएकी रातो कमलसमान सुन्दर चरण भएकी भगवती दुर्गालाई म प्रातःकालमा स्मरण गर्दछु ।

शिव : प्रातः स्मरामि भवभीतिहरं सुरेशं
गङ्गाधरं वृषभवाहनमम्बिकेशम् ।
खट्वाङ्गशूलवरदाभयहस्तमीशं
संसाररोगहरमौषधमद्वितीयम् ॥

संसारका भयलाई नाश गर्ने देवादिदेव, गङ्गाधर, वृषभवाहन, पार्वतिनाथ, हातमा खट्वाङ्ग, त्रिशूल लिएका अद्वितीय भवरोगलाई नाश गर्ने औषधिरूप वरददहस्त भगवान शिवलाई प्रातः कालमा म स्मरण गर्दछु ।

विष्णु : प्रातः स्मरामि भवभीतिमहार्तिनाशं
नारायणं गरुडवाहनमब्जनाभम् ।
ग्राहाभिभूतवरवारणमुक्तिहेतुं
चक्रायुधं तरुणवारिजपत्रनेत्रम् ॥

संसारका महाभयका दुःखलाई नाश गर्ने, गोहीका मुखबाट ग्राहलाई मुक्त गर्ने, चक्रधारी, भर्खरै फूल्दै गरेको कमल समान नेत्रवाला, गरुडवाहन भएका पद्मनाभ, नारायणलाई प्रातः कालमा म स्मरण गर्दछु ।

भूइँ टेक्नुभन्दा अगाडि **भूमिवन्दना** गर्नुपर्छ ।

ॐ समुद्रवसने देवि पर्वतस्तनमण्डिते ।
विष्णुपत्नि नमःतुभ्यं पादस्पर्शं क्षमस्व मे ॥

समुद्ररूपी वस्त्र धारण गरेकी, पर्वत रूप स्तनले सुशोभित विष्णु भगवानकी पत्नी हे पृथ्वी ! मेरो पादस्पर्शलाई क्षमा गर्नुहोला ।

दाँत माझ्नका लागि भन्ने :

आयुर्बलं यशो वर्चः प्रजाः पशुवसनि च ।
ब्रह्मा प्रज्ञां च मेधां च त्वं नो देहि वनस्पते ॥

हे वनस्पति ! तपाईंले आयु, बल, यश, ब्रह्मा, प्रज्ञा, मेधा, दिनुहोओस् ।

स्नान सङ्कल्प

अद्येह(आफ्नो गोत्र भन्ने) ...गोत्रोत्पन्न (आफ्नो नाम भन्ने)....शर्मा/वर्मा/गुप्तोऽहं श्रुतिस्मृतिपुराणोक्त फलप्राप्तये श्रीमत् भगपतप्रीत्यर्थं प्रातःस्नानं करिष्ये ।

स्नान गर्नु अघि हात जोडेर तीर्थहरूलाई आह्वान गर्नेः

गङ्गे च यमुने चैव गोदावरी सरस्वती
नर्मदे सिन्दु काबेरी जलेऽस्मिन् सन्निधिं कुरु ।

गङ्गा, यमुना, सरस्वती, गोदावरी, नर्मदा, सिन्दु र काबेरी नदीहरू यही जलमा समाहित भइदिनुहोस् ।

स्नानपछि वस्त्र धारण गर्दा ध्यानुपर्ने केही कुराहरू :

पूजा गर्न बस्दा जलमा भए चिसै र स्थल(जमिन)मा भए सुकेका लुगा नै लगाएको हुनुपर्छ । पूजामा बस्ता उत्तरीय वस्त्र(गाम्चा) पनि आवश्यक हुन्छ । स्नानपछि पूजामा बस्ने आसन निर्माण गर्नुपर्छ ।

अब पूजा गर्न बस्नुपर्छ । सन्ध्यावन्दन, पूजा जप र पाठ गर्न बस्ता सधैँ पूर्व वा उत्तर फर्किएर बस्नुपर्छ । आसनका सन्दर्भमा :

आसन : *कौशेयं कम्बलं चैव अजिनं पट्टमेव च ।*
दारुजं तालपत्रं वा आसनं परि कल्पयेत् ।

कुश, कम्बल, मृगचर्म व्याघ्रचर्म र रेशमबाट बनेका आसन जपपूजाका लागि उपयोगी हुन्छन् । यसमा पुत्रवान् गृहस्थीले मृगचर्म नओछ्याउनु राम्रो हो ।

(चारैतिर सस्यूँ छरिदिने । सस्यूँ भएको ठाउँमा भूत, प्रेत आउन सक्तैनन् ।)

सर्सप विकिरणम्

ॐ अपसर्पन्तु ते भूता ये भूता भूतले स्थितः ।
ये भूता विघ्नकर्तारस्ते नश्यन्तु शिवाज्ञया ॥१
अपक्रामन्तु भूतानि पिशाचा सर्वतो-दिशम् ।
सर्वेषामवरोधेन पूजाकर्म समारम्भे ॥२

जनै फेर्ने[५] मन्त्र :

ॐ यज्ञोपवीतमिति मन्त्रस्य परमेष्ठी ऋषिः लिङ्गोक्ता देवताः त्रिष्टुप् छन्दः यज्ञोपवीतधारणे विनियोगः
ॐ यज्ञोपवीतं परमं पवित्रं प्रजापतेर्यत् सहजं परुस्तात् ।
आयुष्यमग्र्यं प्रतिमुञ्च शुभ्रं यज्ञोपवीतं बलमस्तु तेजः ॥
ॐ यज्ञोपवीतमसि यज्ञस्य त्वां यज्ञोपवीतेनोपनह्यामि ।

पुरानो जनै विर्सजन गर्नेः

एतावद्दिनपर्यन्तं ब्रह्म त्वं धारितं मया ।
जीर्णत्वात् त्वत्परित्यागो गच्छ सूत्र यथासुखम् ॥

भस्मधारण : ॐ अग्निरिति भस्म । ॐ वायुरिति भस्म । ॐ जलमिति भस्म । ॐ स्थलमिति भस्म । ॐ व्योमेति

[५] शास्त्रानुसार सामान्यरूपमा ४ महिनामा जनै फेर्नुपर्छ ।श्राद्धमा अगिल्लो दिन, सुतक, मृतक र ग्रहणमा शुद्धिमा फेनुपर्छ । मलामिबाट आएको भोलिपल्ट जनै फेर्नुपछ ।

भस्म । ॐ सर्वं ह वा इदं भस्म । ॐ मन एतानि चक्षूंषि भस्मानीति ।

तिलक लगाउने मन्त्र :

भष्मधारणम्

ॐ त्र्यायुषं जमदग्ने कश्यपस्य त्र्यायुषम् ॥
यद्देवेषु त्र्यायुषं तन्नोऽस्तु त्र्यायुषम् ॥
ॐ त्र्यायुषं जमदग्नेरिति ललाटे । कश्यपस्य त्र्यायुष-
मिति ग्रीवायाम् । ॐ यद्देवेषु त्र्यायुषमिति भुजायाम् ।
ॐ तन्नो अस्तु त्र्यायुषमिति हृदये ।

तिलक/चन्दन धारणम्[६]

- सत्कर्मधर्मकार्येषु सदा एकाग्रचिन्तनम् ।
  नित्यं मे तीलकं पातु सदा त्वां धारयाम्यहम् ॥१
- चन्दनस्य महत्पुण्यं पवित्रं पापनाशनम् ।
  आपदं हरते नित्यं लक्ष्मीस्तिष्ठति सर्वदा ॥२
- केशवानन्न्त गोविन्द बाराह पुरुषोत्तम ।
  पुण्यं यशस्यमायुष्यं तिलकं मे प्रसीदतु ॥३
- कान्ति लक्ष्मीं धृतिं सौख्यं सौभाग्यमतुलं बलम् ।
  ददातु चन्दनं नित्यं सततं धारयाम्यहम् ॥४

कुश लिनेः :

विरञ्चिना सहोत्पन्न परमेष्ठिनिसर्जन ।
नुद सर्वाणि पापानि दर्भ स्वस्तिकरो भव ॥

पवित्रीकरणम्

ॐ अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थाङ्गतोऽपि वा ।

---

[६] भष्म लगाएको छ भने त्यसमाथि अन्य तिलक लगाउनुहुँदैन ।

यः स्मरेत् पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यान्तरः शुचिः ॥
(प्रातःकालमा पूर्वाभिमुखः भई शुद्धासनमा बसेर शिखाबन्धन, पवित्रधारण गरेर भस्मलेपन वा कुनै चन्दन लगाएर सन्ध्योपासन शुरु गर्नुपर्छ ।

आसनपवित्रकरणम्

विनियोगः

ॐ पृथ्वीति मन्त्रस्य मेरूपृष्ठऋषिः, सुतलं छन्दः, कूर्मो देवता आसन-पवित्रकरणे विनियोगः ॥

आसनशुद्धि मन्त्रः

ॐ पृथ्वि त्वया धृता लोका देवि त्वं विष्णुना धृता ।
त्वं च धारय मां देवि पवित्रं कुरु चासनम् ॥

शिखाबन्धनम् (शिखा बाँध्ने)[७]

चिद्रूपिणि । महामाये ! दिव्यतेजसमन्विते ।
तिष्ठ देवि । शिखामध्ये तेजोवृद्धिं कुरुष्व मे ॥
मानस्तोके तनये मा नऽआयुषि मा नो गोषु मा नोऽअश्वेषु रीरिषः । मा नो वीरान्नुद्र भामिनो बधीर्हविष्मन्तः सदमित्त्वा हवामहे ।

पवित्रधारणम्

ॐ पवित्रे स्थो वैष्णव्यौ सवितुर्वः प्रसवः उत्पुनाम्यच्छिद्रेण पवित्रेण सूर्यस्य रश्मिभिः। तस्य ते पवित्रपते पवित्रपूतस्य यत्कामः पुने तच्छकेयम् ॥

---

[७] **शिखा कहिले बाँध्नेः**
स्नाने दाने जपे होमे संन्ध्यायां देवतार्चने ।
शिखाग्रन्थिं विना कर्म न कुर्याद् वै कदाचन ॥(आह्निक)
नुहाउँदा, दान गर्दा, जप गर्दा, होम गर्दा, सन्धयाका समयमा र देवताको पूजा गरेका समयमा शिखा बाँध्नुपर्छ ।

नैमित्तिक कर्ममा पञ्चगव्य निर्माणम्[८]

गउत राख्ने :

ॐ भूर्भुवःस्वःतत्सवितुर्वरेण्यं भर्गोदेवस्य धीमहि, धियो योनः प्रचोदयात्

गोबर मिसाउने :

ॐ गन्धद्वारान्दुराधर्षान्नित्य पुष्टांकरीषिणीम् ।
ईश्वरीं सर्वभूतानां तामिहोपह्वयेश्रियम् ॥

दुध मिसाउने :

ॐ आप्यायस्व समेतु ते विस्वतः सोमवृष्णुयम् ।
भाववाजस्य सङ्गथे ।

दही मिसाउने :

ॐ दधिक्राब्णो अकारिषं जिष्णोरश्वस्य वाजिनः ।
सुरभिनो मुखा करत्प्रण आयूंषितारिषत् ॥

घिउ मिसाउने :

ॐ तेजोसि शुक्रमस्य मृतमसि धामनामासि ।
प्रियं देवानामनाधृष्टं देवयजन मसि ॥

दुबो राख्ने :

ॐ काण्डा त्काण्डात्प्ररोहन्ती परुषपरुषपरि ।
एवानो दूर्बे प्रतनु सहस्त्रेण शत्तेन च ॥

पवित्र राख्ने :

---

[८] (गउँतको प्रयोग गर्नु परेको छ भने पञ्चगव्य निर्माण गर्ने विधि)
पञ्चगव्यं पवित्रं तु आहरेत्ताम्रभाजने।
गायत्र्या चैव गोमूत्रं गन्धद्वारेति गोमयम् ॥
आप्यायस्वेति च क्षीरं दधिक्राब्णोति वै दधि ।
तेजोसि शुक्रमित्याज्यं देवस्यत्वा कुशोदकम् ॥ कृत्यकल्पतरौ ।

ॐ आपो हिष्ठा भयो भुवस्तानद्रऊर्जेदधातन महेरणाय चक्षसे ॥

अभिमन्त्रण गर्ने :

ॐ मानस्तोके तनयेमानद्रआयुषिमानो गोषुमानोद्र
अस्वेषुरीरिषः । मनोविरानुद्र भामिनो वधिर्हविष्मन्तःसदमित्वा
हवामेह ॥

अग्निमा चढाउने :

ॐ अग्नये नमःस्वहा ॐ सोमाय नमःस्वहा ।
ॐ ब्रह्मणे नमःस्वाहा ॐ विष्णवे नमः स्वाहा ।
ॐ रुद्राय नमःस्वाहा ॐ सूर्याय नमःस्वाहा ।

प्राशन गर्ने :

ॐ यत्वगस्थिगतं पापं देहेतिष्ठति मामके ।
प्राशनं पञ्चगव्यस्य दहत्वग्नि रिवेन्धनम् ॥

जलले आचमन गर्ने :

तीन पटक आचमन गर्नुपर्छ । यसलाई एक आचमन भनिन्छ ।

ॐ अच्युताय नमः स्वाहा ॐ माधवाय नमः स्वाहा ।
ॐ केशवाय नमः स्वाहा ।
हस्त प्रक्षालनम् : ॐ गोविन्दाय नमः स्वाहा ।

आचमन गर्ने तरिका :

त्रिपबेद् आपौ गोकर्णवरद हस्तेन त्रिराचमेत् ॥

ब्रह्मतीर्थबाट आचमन गर्नुपर्छ । आचमन गर्दा हात गाईको कान जस्तो बनेको हुनुपर्छ ।

अब तिलानी जल(कर्मपात्रो) निर्माण गर्ने, जुन सुकै पूजा गर्दा पनि कर्मपात्रो बनाउनुपर्छ ।

कर्मपात्र निर्माणम्

कर्मपात्र राख्ने स्थानको भूमिमा पूजा गर्नेः

ॐ भूरसिभमिुरस्यदितिरसि विश्वधाया विश्वस्य धर्त्री । पृथिवीं पृथिवीन्दृÚ̧हपृथिवीं मा हिÚ̧ सीः ॥

पूजा गरेको स्थानमा कर्मपात्र स्थापना गर्ने :

ॐ स्योना पृथिवीनो भवानृक्षरा निवेशनि यच्छानः शर्म सप्रथा ।

आधार कर्मपात्राय नमः ।

कर्मपात्रलाई छोइरहने :

ॐ यद्देवा देव हेडनन्देवासश्चकृमा वयम् ।
अग्निर्मा तस्मादेनसो विश्वान् मुञ्चत्वङ्गÚ̧हसः ॥

ॐ यदि दिवा यदि नक्तमेनाÚ̧सि चकृमा वयम् ।
वायुर्मा तस्मादेनसो विश्वान् मुञ्चत्वÚ̧हसः ॥

ॐ यदि जाग्रद्यदि स्वप्नकएनाÚ̧सि चकृमा वयम् ।
सूर्यो मा तस्मादेनसो विश्वान् मुञ्चत्वÚ̧हसः ॥

अब कर्मपात्रमा निम्न उपचार राख्नेः

पवित्र राख्ने :

ॐ पवित्रेस्थो वैष्णव्यौ सवितुर्वः प्रसवउत्पुनाम्यच्छिद्रेण पवित्रेण सूर्यस्य रश्मिभिः । तस्य ते पवित्रपते पवित्रपूतस्य यत्कामः पुने तच्छकेयम् ॥

जल राख्ने :

ॐ शन्नो देवीरभिष्टयकआपो भवन्तु पीतये । शं योरभिस्रवन्तु न ः।

तील राख्ने :

ॐ तिलोसि सोमदैवत्यो गोसवो देवनिर्मितः ।
प्रयत्नमद्भिः पृक्तः स्वधया पितृँल्लोकान् प्रिणाहि नः स्वाहा ॥

जौ राख्ने :

ॐ यवोसि यवयास्मद्द्वेषो यवयारात्रीर्दिवे त्वान्तरिक्षाय त्वा

पृथिव्यै त्वा । शुन्धन्ताँल्लोकाः पितृषदनाः पितृषदनमसि ॥

चन्दन राख्ने :

गन्धद्वारान्दुराधर्षान्नित्यपुष्टाङ्करीषिणीम् ।
ईश्वरीं सर्वभूतानां तामिहोपह्वये श्रियम् ॥

अक्षता राख्ने:

ॐ अक्षन्नमीमदन्त ह्यवप्रियाकअधूषत ।
अस्तोषत स्वभानवो विप्रा नविष्ठया मती योजान्विन्द्र ते हरी ॥

पुष्प राख्ने :

ॐ श्रीश्च ते लक्ष्मीश्च पत्न्यावहोरात्रे पार्श्वे नक्षत्राणि
रूपमश्विनौ व्यात्तम् । इष्णान्निषाणामुम्मकइषाण
सर्वलोकम्मकइषाण ॥

तीन कुशलिएर उक्त जलले सबैतिर अभिषेक गर्ने :

अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थाङ्गतो कपि वा ।
यःस्मरेत्पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यन्तरः शुचिः ॥

कुशको औँठी लाउने[१] **:** अनामिका औंलामा लाउने ।

ॐ पवित्रे स्थो व्वैष्णव्यौ सवितुर्व्वः प्रसवऽउत्पुनाम्यच्छिद्रेण पवित्रेण सूर्यस्य रश्मिभिः । देवीरापोऽअग्रेगुवोऽअग्रेपुवोग्रऽइममद्य यज्ञन्नयताग्रे यज्ञपतिँसुधातुं यज्ञपतिन्देवयुवम् ॥

अब पूजा गर्नका लागि कुश, तील, जौ र जल हत्केलामा लिएर सङकल्प गर्ने :

■ सङ्कल्प

[१] अनामिका सूर्यसँग सम्बन्धित औँला हो त्यसैले त्यही औँलामा कुशको औँठी लगाइन्छ किनभने यसले शरीरभित्रको सौर्य ऊर्जालाई बाहिर जान दिँदैन ।

हरिः ॐ तत्सत् हरिः ॐ तत्सत् हरिः ॐ तत्सत् हरिः ॐ विष्णुर्विष्णुर्विष्णुः श्रीमद्भगवतो महापुरुषस्थ विष्णोराज्ञया प्रवर्तमानस्यसकलजगत्सृष्टिकारिणो ब्रह्मणो द्वितीयपरार्द्धे श्रीश्वेतवाराहकल्पे वैवस्वतमन्वन्तरेऽष्टाविंशतितमे कलियुगे कलिप्रथमचरणे जम्बूद्वीपे भारतवर्षे भरतखण्डे आर्यावर्तान्तर्गत हिमवद्दक्षिणपार्श्वे हिमवत्खण्डे, केदारखण्डे, मानसखण्डे, श्रीमद्ब्रह्माविष्णुप्रजापतिक्षेत्रे, पाशुपतक्षेत्रे, मुक्तिक्षेत्रे, रुरुक्षेत्रे, वराहक्षेत्रादिपुण्यक्षेत्रसमन्विते, मानसरोवर-इन्द्रसरोवर-रुद्रसरोवर-दामोदरनीलकण्ठ भैरव-नागकुण्डादिपावितस्थले, शैलेश्वरी-पञ्चकुमारी-अष्टकुलनागरक्षिते, सप्तकर्णाली-सप्तगण्डकी-सप्तकौशिकी-वाग्मती-विष्णुमती-अष्टविनायक-अष्टभैरव-रुद्रमती-ब्रह्मपुत्रतृष्ठादिनदनदीनां परमपवित्रजलपाविते देवघट्ट-गजेन्द्रमोक्ष-स्वर्गद्वारी-जनकपुरधाम-वैद्यनाथधाम विराजिते सिद्धनाथ-मत्स्येन्द्रनाथ-गोरखक्षनाथ-वैद्यनाथ-चन्दननाथ-स्वयम्भूनाथादि संरक्षिते गोकर्णेश्वरविराजिते अन्नपूर्ण-गणेश-मत्स्यपुच्छ-गौरीशङ्कर-धवलागिरी-कञ्चनजंघा-सगरमाथादि हिमशैलविराजिते शालग्राम वाणलिङ्गप्रतिष्ठिते, गुह्यकाली-दक्षिणकाली-दन्तकाली-भद्रकाली-श्वेतकाली उग्रकाली- रक्तकाली-गोरक्षकाली- मनकामना-त्रिपुरसुन्दरी-वाराही-प्रस्थम्भरा-अन्नपूर्णा-उग्रतारा- सप्तमालिका–

दिसुपूजिते, नेमुनिना पालिते राष्ट्रदेवपशुपतिनाथसनाथिते नेपालदेशे गोरक्षराष्ट्रे कौलक्षेत्रे, इह पुण्यभूमौ बौद्धावतारे षष्टिसंवत्सराणां मध्ये ……ऋतौ महामाङ्गल्यफलप्रदमासोत्तमे …. मासे योगे करणे राशिस्थिते श्रीसूर्ये राशिस्थिते देवगुरौ अन्येषु शेषेषु ग्रहेषु ग्रहगुणगणविशेषणविशिष्टायां शुभपुण्यतिथौ अद्येह …….नाम्नि संवत्सरे …. अयने पक्षे तिथौ वासरे राशिस्थिते चन्द्रमसि राशिस्थानस्थितेषु सत्सु एवं गोत्रः …..प्रवरः …..वेदाध्यायी …. नामाहं ममात्मनः श्रुतिस्मृतिपुराणोक्तफलप्राप्यर्थं सर्वत्र यशोलाभादिप्राप्त्यर्थम् इह जन्मनि जन्मान्तरे वा सकलदुरितोपशमनार्थं मम सभार्यस्य सपुत्रस्य सबान्धवस्य अखिलकुटुम्बसहितस्य सपशोः समस्तभयव्याधिजरापीडा मृत्युपरिहारद्वारा आयुष्य आरोग्यैश्वर्याभिवृद्धयर्थं पुत्रपौत्रादि सन्ततेरविच्छिन्नवृद्धयर्थम् आकिदैविकाऽधिभौतिकाऽध्यात्मिक त्रिविधतापोप शमनार्थम् धर्मार्थकाममोक्ष-फलावाप्त्यर्थं यथाशक्ति नित्य सन्ध्यायां (प्रातःकालीन)गायत्री…जप, तत्रादौ दिग्रक्षणं कलशार्चनं शङ्खघण्टार्चनं दीपकलशगणेश पूजन तदंगतया गणपति पूजनं स्वस्तिपुण्याहवाचनंपूर्वकं शिवपञ्चायतनदेवता पूजनमहं करिष्ये ।

वेदरुद्री पढेका मानिसहरूले दुवो पुष्प लिएर यो मङ्गल पाठ गर्नुपर्छ ।

स्वस्त्ययनम् (स्वस्तिवाचनम्)

ॐ आ नो भद्राः क्रतवो यन्तु विश्वतोऽदब्धासो अपरीतास उद्भिदः ।
देवा नो यथा सदमिद् वृधे असन्नप्रायुवो रक्षितारो दिवे दिवे ॥

देवानां भद्रा सुमतिर्ऋजूयतां देवानाᳫँरातिरभि नो निवर्तताम् ।
देवानाᳫँसख्यमुपसेदिमा वयं देवा न आयुः प्रतिरन्तु जीवसे ॥

तान्पूर्वया निविदा हूमहे वयं भगं मित्रमदितिं दक्षमस्त्रिधम् ।
अर्यमणं वरुणᳫँसोममश्विना सरस्वती नः सुभगा मयस्करत् ॥

तन्नो वातो मयोभुवातु भेषजं तन्माता पृथिवी तत्पिता द्यौः ।
तद् ग्रावाणः सोमसुतो मयोभुवस्तदश्विना शृणुतं धिष्ण्या युवम् ॥

तमीशानं जगतस्तस्थुषस्पतिं धियञ्जिन्वमवसे हूमहे वयम् ।
पूषा नो यथा वेदसामसद् वृधे रक्षिता पायुरदब्धः स्वस्तये ॥

स्वस्ति न इन्द्रो वृद्धश्रवाः स्वस्ति नः पूष विश्ववेदाः ।
स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो अरिष्टनेमिः स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ॥

पृषदश्वा मरुतः पृश्निमातरः शुभं यावानो विदथेषु जग्मयः ।
अग्निजिह्वा मनवः सूरचक्षसो विश्वे नो देवा अवसागमन्निह ॥

भद्रङ्कर्णेभिःश्रृणुयामदेवाभद्रंम्पश्येमाक्क्षभिज्जत्राः ।
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टुवाᳫँसस्तनूभिर्व्यशेमहि देवहितं यदायुः ॥

शतमिन्नु शरदो अन्ति देवा यत्रा नश्चक्रा जरसं तनूनाम् ।
पुत्रासो यत्र पितरो भवन्ति मा नो मध्या रीरिषतायुर्गन्तोः ॥

अदितिर्द्यौरदितिरन्तरिक्षमदितिर्माता स पिता स पुत्रः ।
विश्वे देवा अदितिः पञ्च जना अदितिर्जातमदितिर्जनित्वम् ॥

द्यौः शान्तिरन्तरिक्षऌ॑शान्तिः पृथिवी शान्तिरापः शान्तिरोषधयः शान्तिः वनस्पतय शान्तिविश्वे देवाः शान्तिर्ब्रह्मशान्तिः सर्वऌ॑शान्ति रेव शान्तिः सा मा शान्तिरेधि ॥

यतो यतः समीहसे ततो नो अभयं कुरु ।
शन्नः कुरु प्रजाभ्योऽभयंनः पशुभ्यः ॥ सुशान्तिर्भवतु ॥

हातमा कुश, जौ, पुष्प र फलभए फल लिएर नमस्कार गर्ने

ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः । ॐ लक्ष्मीनारायणाभ्यां नमः ।
ॐ उमामहेश्वराभ्यां नमः । ॐ शचीपुरन्दराभ्यँ नमः ।
ॐ वाणीहिरण्य गर्भाभ्यां नमः । ॐ मातृपितृचरणकमलेभ्यो नमः ।
ॐ गुरवे नमः । ॐ परम गुरवे नमः ।
ॐ परात्पर गरवे नमः । ॐ परमेष्ठि गुरवे नमः ।
ॐ इष्टदेवाय नमः । ॐ कुलदेवाय नमः ।
ॐ स्थानदेवाय नमः । ॐ ग्रामदेवाय नमः ।
ॐ नगेभ्यो नमः । ॐ नागेभ्यो नमः ।
ॐ वसुभ्यो नमः । ॐ वनस्पतिभ्यो नमः ।
ॐ दशदिक्पालेभ्यो नमः । ॐ स्थापित देवेभ्यो नमः ।
ॐ असतोमा सद्गमय तमसोमा ज्योतिर्गमय मृत्योर्मा अमृतं गमय ॥

प्रार्थना

सुमुखश्चैकदन्तश्च कपिलो गजकर्णकः ।
लम्बोदरश्च विकटो विघ्ननाशो विनायकः ॥

धूम्रकेतुर्गणाध्यक्षो भालचन्द्रो गजाननः ।
द्वादशैतानि नामानि यः पठेच्छृणुयादपि ॥

विद्यारम्भे विवाहे च प्रवेशे निर्गमे तथा ।
सङ्ग्रामे संकटे चैव विघ्नस्तस्य न जायते ॥

२५ :

शुक्लाम्बरधरं देवं शशिवर्णं चतुर्भुजम् ।
प्रसन्नवदनं ध्यायेत् सर्वविघनोपशान्तये ॥

अभीप्सितार्थसिद्धयर्थं पूजितो यः सुरासुरैः ।
सर्वविघ्नहरस्तस्मै गणाधिपतये नमः ॥

सर्वमङ्गलमाङ्गल्ये ! शिवे ! सर्वार्थसाधिके ।
शरण्ये त्र्यम्बके ! गौरि नारायणि नमोऽस्तु ते ॥

सर्वदा सर्वकार्येषु नास्ति तेषाममङ्गलम् ।
येषां हृदिस्थो भगवान् मङ्गलायतनं हरिः ॥

तदेव लग्नं सुदिनं तदेव ताराबलं चन्द्रबलं तदेव ।
विद्यावलं देवबलं तदेव लक्ष्मीपते तेऽङ्घ्रियुगं स्मरामि ॥

लाभस्तेषं जयस्तेषां कुतस्तेषां पराजयः ।
येषामिन्दीवरश्यामो हृदयस्थो जनार्दनः ॥

यत्र योगेश्वरः कृष्णः यत्र पार्थो धनुर्धरः ।
तत्र श्रीर्विजयो भूतिर्ध्रुवा नीतिर्मतिर्मम ॥

अनन्याश्चिन्तयन्तो मां ये जनाः पर्युपासते ॥
तेषां नित्याभियुक्तनां योगक्षेमं बहाम्यहम् ॥

स्मृतेः सकलकल्याणं भाजनं यत्र जायते ।
पुरुषं तमजं नित्यं व्रजामि शरणं हरिम् ॥

सर्वेष्वारम्भकार्येषु त्रयस्त्रिभुवनेश्वराः ।
देवा दिशन्तु नः सिद्धिं ब्रह्मेशानजनार्दनाः ॥

विश्वेशं माधवं ढुण्ढिं दण्डपाणिं च भैरवम् ।
वन्दे काशीं गुहां गङ्गा भवानीं मणिकर्णिकाम् ॥

वक्रतुण्ड महाकाय कोटिसूर्यसमप्रभ ।

निर्विघ्नं कुरु मे देव सर्वकार्येषु सर्वदा ॥

गणेशमा चढाउने र हात जोड्ने:

सर्वेषां कल्याणार्थ भगवतस्तुति

काले वर्षतु पर्जन्य:पृथिवी सस्यशालिनी ।
देशोऽयं क्षोभरहितो ब्राह्मणाः सन्तु निर्भयाः॥१॥

सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामयाः ।
सर्वे भद्राणि पश्यन्तु मा कश्चिद्‌दुःख भाग्भवेत् ॥२॥

दुर्जनः सज्जनो भूयात्सज्जनः शान्तिमाप्नुयात् ।
शान्तो मुच्येत बन्धेभ्यो मुक्तश्चान्यान्विमोचयेत् ॥३॥

सर्वस्तरतु दुर्गाणि सर्वो भद्राणि पश्यतु ।
सर्वः कामानवाप्नोतु सर्वः सर्वत्र नन्दतु ॥४॥

अखण्डमण्डलाकारं व्याप्तं येन चराचरं
तत्पदं दर्शित येन तस्मै श्री गुरवे नमः ॥५॥

ॐ गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णुः गुरुर्देवो महेश्वरः ।
गुरुः साक्षात् परब्रह्म तस्मै श्री गुरुवे नम : ॥६॥

मुकंकरोति वाचालं पङ्गुंलङ्गयते गिरिम् ।
यत्कृपात महंवन्दे परमानन्दमाधवम् ॥७॥

स्वस्ति प्रजाभ्यः परिपालयन्तां
न्याय्येन मार्गेण महीं महीशाः ।
गोब्राह्मणेभ्यः शुभमस्तु नित्यं
लोकाः समस्ताःसुखिनो भवन्तु ॥८॥

स्वस्त्यस्तु विश्वस्य खलः प्रसीदतां

ध्यायन्तु भूतानि शिवं मिथो धिया
मनश्च भद्रं भजता दधोक्षजः
आवेश्यतां नो मतिरप्य हैतुकी ॥९॥

आठ दिशा पूजा नमन

अब गन्ध, अक्षत, फूलद्वारा भगवान् शङ्करका आठ मूर्तिहरूलाई नमन गर्ने ।

१. पूर्वदिशामा पृथ्वीरूपमा - ॐ शर्वाय क्षितिमूर्तये नमः ।
२. ईशान कोणम जलरूपमा - ॐ भवाय जलमूर्तये नमः ।
३. उत्तर दिशामा अग्निरूपमा - ॐ रुद्राय अग्निमूर्तये नमः ।
४. वायव्य कोणमा वायुरूपमा - ॐ उग्राय वायुमूर्तये नमः ।
५. पश्चिमदिशामा आकाशरूपमा - ॐ भीमाय आकाशमूर्तये नमः
६. नैर्ऋतयकोणमा यजमानरूपमा - ॐ पशुपतये यजमानमूर्तये नमः
७. दक्षिणदिशामा चन्द्ररूपमा - ॐ महादेवाय सोममूर्तये नमः
८. अग्निकोणमा सूर्यरूपमा - ॐ ईशानाय नमः ।

अब ॐ नमः शिवाय मन्त्रलाई कम्तिमा एक माला अथवा दस पटक जप गरेपछिः

गुह्यातिगुह्यगोप्तृ त्वं गृहाणास्मत्कृतं जपम् ।
सिद्धिर्भवतु मे देव ! त्वत्प्रसादान्महेश्वरः ॥

- मन्त्र पढेर देवताका दक्षिण हातमा जपलाई समर्पित गर्नुपर्छ ।

अब नियमित सन्ध्यावन्दन गर्नेः

सन्ध्याका सन्दर्भमा

अहोरात्रस्य या सन्धि सूर्यनक्षत्रवर्जिता ।
सा तु सन्ध्या समाख्याता मुनिभिस्तत्व दर्शिभिः ॥ आचारभूषण ८९
सूर्य र तारारहित दिन र रातको सन्धि नै सन्ध्या हो ।

प्रातः सन्ध्यां सनक्षत्रां मध्याह्ने मध्यभाष्कराम् ।
ससूर्यां पश्चिमां सन्ध्यां तिस्र सन्ध्यामुपासते ॥

सन्ध्या गर्दा प्रातः कालमा तारा रहँदै मध्याह्नमा आकाशको माझमा सूर्य रहेको बेलामा र सायंकालमा सूर्यास्तको सन्निकटमा गर्नुपर्छ ॥

कुन अवस्थामा मानसिक सन्ध्या गर्ने ?:

१.सूतके मानसीं सन्ध्यां कुर्याद् वै सुप्रयत्नतः ॥
सुतक लागेको छ भने प्रयत्नपूर्वक मानसिक सन्ध्या गर्नुपर्छ ।

२.आपद्यध्वन्यशक्तो च सन्ध्यां कुर्वीत मानसिम् ।
आपत्परेको बेलामा, बाटामा रहेको समयमा र अशक्तावस्थामा मानसिक सन्ध्या गर्नुपर्छ . ।

प्रतिदिन सन्ध्यावन्दनः

प्रातः सन्ध्याः

मङ्गलाचरणः

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवाः।
भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः।
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टुवाỤ'सस्तनूभि ।
र्व्यशेम हि देवहितं यदायुः।
ॐ स्वस्ति न इन्द्रो वृद्धश्रवाः।
स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः।
स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो अरिष्टनेमिः।
स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ।

ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

आचमनम् [१०]

ॐ ऋग्वेदाय नमः ॐ यजुर्वेदाय नमः
ॐ सामवेदाय नमः हस्तप्रक्षालनम(हात धुने
ॐ अथर्ववेदाय नमः ।
अथवा
ॐ अच्युताय नमः ॐ माधवाय नमः ॐ केशवाय नमः
हस्त प्रक्षालनम् ॐ गोविन्दाय नमः ।

संक्षिप्त सन्योपान सङ्कल्प :

ॐ तत्सत् हरिः ॐ तत्सत् हरिः ॐ तत्सत् हरिः ॐ विष्णुर्विष्णुर्विष्णुःपूवोच्चारित सङ्कल्प सिद्धिरस्तु । ...नाम्न शर्मणोऽहं मम कायिक, वाचिक, मानसिक, ज्ञाताः ज्ञात सकलदोष परिहारार्थं श्रुतिस्मृतिपुराणोक्तफलप्राप्त्यर्थ) प्रातः सन्ध्योपासनं अहं करिष्ये ।

अभिषेक(मार्जन)

ॐ भूः पुनातु शिरसि । ॐ भुवः पुनातु नेत्रयोस् ।
ॐ स्वः पुनातु कण्ठे । ॐ महः पुनातु हृदये ।
ॐ जनः पुनातु नाभ्याम् । ॐ तपःपुनातु पादयोः ।
ॐ सत्यं पुनातु पुनः शिरसि । ॐ खं ब्रह्म पुनातु सर्वत्र ।

पुनः आचमनम्

---

[१०] गोकर्णाकृति हस्तेन माषमात्रं जलं पिवेत् ।
ततो न्यूनाधिकं पीत्वा सुरापायी भवेद् द्विजः ॥ देवीभागवत् ।

विनियोगः

ॐ ऋतं चेति मधुच्छन्दसोऽघमर्षण ऋषिनुष्टुप् छन्दो भाववृतं दैवतमपामुपस्पर्शने विनियोगः ।

ॐ ऋतं च सत्यञ्चाभीद्धात्तपसोः ध्यजायत । ततो रात्र्यजायत । ततः समुद्रो अर्णवः । समुद्रादर्णवादधि संवत्सरो अजायत । अहोरात्राणि विदधद्विश्वस्य मिषतो वशी । सूर्याचन्द्रमसौ धाता यथापूर्वमकल्पयत् । दिवं च पृथिवीं चान्तरिक्षमथो स्वः ।ऋ १०।१९०।१–३ ।

ततो वारिणात्मानं वेष्टयित्वा सप्रणवगायत्र्या रक्षां कुर्यात्

(दायाँ हातको अञ्जुलीमा जल लिए वायाँ हातले छोपी तीनपटक गायत्री जपेर जल अभिमन्त्रित् गरी आफ्नो रक्षाको लागि शिर वरिपरि हातमा रहेको जल धारा दिँदै घुमाउने ।)

विनियोगः

ॐ अन्तश्चरसीति तिरश्चिन ऋषिरनुष्टुप् छन्दः आपो देवता अपामुपस्पर्शने विनियोगः ।

आचमनमन्त्रः

अन्तश्चरसि भूतेषु गुहायां विश्वतोमुखम् ।
त्वं यज्ञस्त्वं वषट्कार आपोज्योतिरसोऽमृतम् । (आचमन गर्ने ।)

विनियोगः-

ॐ कारस्य ब्रह्मा ऋषिर्दैवी गायत्रीछन्दोग्निः परमात्मा देवता शुक्लो वर्णः सर्वकर्मारम्भे विनियोगः ।

ॐ सप्तव्याहृतीनां विश्वामित्र-जमदग्नि-भरद्वाज गौतमात्रि-वशिष्ठ-कश्वपा ऋषयो गायत्र्युष्णिगनुष्टुब्बृहती -पंक्ति- त्रिष्टुभजगती छन्दांस्यग्नि, वायु-आदित्यबृहस्पति-वरुणेन्द्र-विष्णु, विश्वेदेवा देवता अनादिष्टप्रायश्चित्ते प्राणायामे विनियोगः ।

ॐ तत्सवितुरिति विश्वामित्र ऋषिर्गायत्री छन्दः सविता देवताग्निमुखमुपनयने प्राणायामे विनियोगः ।

ॐ आपो ज्योतिरिति शिरसः प्रजापतिऋषिः त्रिपदा गायत्री छन्दो ब्रह्माग्निवायुसूर्या देवताः यजुः प्राणायामे विनियोगः ।

प्राणायाममन्त्रः

ॐ भूः ॐ भुवः ॐ स्वःॐ महः ॐ जनः ॐ तपः ॐ सत्यम् ।
ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात् ।
ॐ आपो ज्योतिरसोऽमृतं ब्रह्मभूर्भुवः स्वरोम् ॥ (तै.आ.प्र १०।२७)
प्राणायाममा पूरकः कुम्भकः रेचकः गर्ने ।

पुनः आचमनम्

विनियोगः-

ॐ सूर्यश्चमेति ब्रह्मा ऋषिः प्रकृतिश्छन्दः सूर्यो देवता अपामुपस्पर्शने विनियोगः ।
आचमनम् (पहिलेझैँ आचमन गर्ने)

ॐ सूर्यश्च मा मन्युश्च मन्युपतयश्च मन्युकृतेभ्यः पापेभ्यो रक्षन्ताम् यद्रात्र्या पापमकार्षं मनसा वाचा हस्ताभ्यां पद्भ्यामुदरेण शिश्ना रात्रिस्तदवलुम्पतु । यत्किञ्च दुरितं मयि इदमहं माममृतयोनौ सूर्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा । तै.आ.प्र. १०/२५ ।

मार्जनम् (कुशाग्र भागेन)

ॐ भूः पुनातु शिरसि ।
ॐ भुवः पुनातु नेत्रयोः ।
ॐ स्वः पुनातु कण्ठे ।
ॐ महः पुनातु हृदये ।
ॐ जनः पुनातु नाभ्याम् ।
ॐ तपः पुनातु पादयोः ।
ॐ सत्यं पुनातु शिरसि ।

ॐ खं ब्रह्म पुनातु सर्वत्र ।

विनियोगः-

ॐ आपोहिष्ठेत्यादित्र्यृचस्य सिन्धुद्वीप ऋषिः आपो देवता गायत्री छन्दः मार्जने विनियोगः ।

ॐ आपो हि ष्ठा मयो भुवः। ॐ ता नऽऊर्जे दधातन ।
ॐ महेरणाय चक्षसे । ॐ योवः शिवतमो रसः ।
ॐ तस्य भाजयतेह नः । ॐ उशतीरिव मातरः ।
ॐ तस्माः अरङ्गमामवः। ॐ यस्य क्षयाय जिन्वथ । (भूमि)
ॐ आपोजनयथा च नः ।

अघमर्षणम्

विनियोगः-

ॐ द्रुपदादिवेत्यस्य कोकिलो राजपुत्र ऋषिरनुष्टुप्छन्द आपो देवताः सौत्रामण्यबभृथे(अघमर्षणे)शिरसेके विनियोगः ।

ॐ दुपदादिवमुमुचानः स्विन्नः स्नातो मलादिव । पूतं
पवित्रेणेवाज्यमापः शुन्धन्तु मैनसः ॥ यजु २०/२० (शिरं सिञ्च्य)

विनियोगः-

ॐ ऋतञ्च सत्यञ्चेति सूक्तस्याघमर्षण ऋषिरनुष्टुप्छन्दो भाववृत्तो देवता पापपुरुषनिरसने विनियोगः ।

ॐ ऋतञ्च सत्यञ्चाभीद्धात्तपसोऽध्यजायत । ततो रात्र्यजायत ततः
समुद्रो अर्णवः समुद्रादर्णवादधि संवत्सरो अजायत । अहोरात्राणि
विदधद्विश्वस्य मिषतो वशी । सूर्याचन्द्रमसौ धाता यथापूर्वमकल्पयत् ।
दिवञ्च पृथिवीञ्वान्तरिक्षमथो स्वः ॥

दाहिने हातमा राखेको जल नासिकाको अग्रभाग नजिक राखेर निम्न मन्त्र पढ्दै नासिकाको देव्रे भागबाट श्वास तानी उक्त श्वासलाई दाहिने नासिका द्वारबाट बाहिर ल्याई उक्तपानी छोड्ने र नहेरि मन्त्र पढ्दै वायाँतिर फ्याँकिदिने ।

आचमने विनियोगः

ॐ अन्तश्चरसीति तिरश्चिन ऋषिरनुष्टुप् छन्दः आपो देवता अपामुपस्पर्शने विनियोगः ।

ॐ अन्तश्चरसि भूतेषु गुहायां विश्वतोमुखः । त्वं यज्ञस्त्वं वषट्कार आपोज्योतिरसाऽमृतम् ।(आचम्य)

सूर्यार्घ्ये विनियोगः

ॐ कारस्य ब्रह्मा ऋषिर्गायत्री छन्दः परमात्मा देवता ।
ॐ भूर्भुवः स्वरिति महाव्याहृतीनां परमेष्ठी प्रजापतिऋषिः गायत्र्युष्णिगनुष्टुभश्छन्दांसि अग्निवायुसूर्या देवता ।
ॐ तत्सवितुरित्यस्य विश्वामित्रऋषिः सविता देवता गायत्री छन्दः प्रातकाले सूर्यार्घ्यदाने विनियोगः ।

त्रिवारं सूर्यार्घ्यदानम्

ॐ भूभुवः स्वः ॐ तत्सवितुवरेण्यं भर्गोदेवस्य धीमहि धियो योनः प्रचोदयात् । ॐ आपोज्योति रसोऽमृतं ब्रह्म मूर्भुवः स्वरोम् ॐ ब्रह्म स्वरूपिणे सूर्यनारायणाय नमः इदमर्घ्यं दत्तं न ममः ।
ब्रह्मास्रेण सूर्यारि सस्रान् हन हन हुँ फट् (मुखनासिकाचक्षुश्रोत्रंस्पृसेत्)

ॐ भूर्भुवः स्वः ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो योनः प्रचोदयात् । ॐ परोरजसेसा वदोम् (ॐ रुद्रस्वरूपिणे सूर्यनारायणाय इदमर्घ्यं दत्तं न ममः । **ॐ ब्रह्म दण्डेन सूर्यारिवाजीनो हन हन फट् ।**

(मुखनासिक चक्षु श्रोत्रंस्पृसेत् ।

ॐ भूभुवः स्वः ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भगोदेवस्य धीमहि धियो योनः प्रचोदयात् । ॐ आपोज्योति रसोऽमृतं ब्रह्मभूभुवः स्वरोम् । विष्णुस्वरूपिणे सूर्यनारायणाय इदं अर्घ्यं दत्तं न ममः । ब्रह्मशीर्षेण सूर्यारि शिरो हन हन हुँ फट् । ॐ असावादित्यो ब्रह्म ।

ॐ आकृष्णेन रजसा व्वर्तमानो निवेशयन्नमृतं मर्त्यञ्च । हिरण्येन सविता रथेना देवो याति भुवनानि पश्यन् ।

सूर्योपस्थानम्

विनियोगः

ॐ उद्वयमित्यस्य हिरण्यस्तुपऋृषिः गायत्रीछन्दः सूर्योदेवता सूर्योपस्थाने विनियोगः ।

ॐ चित्रंदेवानामित्यस्य कुत्साङ्गिरस ऋृषिः त्रिष्टुप्छन्दः,सूर्योदेवता सूर्योपस्थाने विनियोगः ।

ॐ उदुत्यमिति प्रस्कण्वऋृषिर्गायत्री छन्दः सूर्योदेवता सूर्योपस्थाने विनियोगः ।

ॐ तच्चक्षुरित्यस्य दध्यङ्ङथर्वणऋृषिः रक्षरातीतपुर उष्णिक्छन्दः सूर्योदेवता सूर्योपस्थाने विनियोगः ।

ॐ उद्वयन्तमसस्परि स्वः पश्यन्तातऽउत्तरम् । देवन्देवत्रा सूर्यमगन्म ज्योतिरुत्तमम् ॥

ॐ उदुत्यञ्जातवेदसन्देवं बहन्ति केतवः । दृशे विश्वाय सूर्यम् ।
ॐ चित्रन्देवानामुदगादनीकञ्चक्षुर्मित्रस्य वरुणस्याग्नेः ।
आप्प्राद्यावापृथिवीऽअन्तरिक्षU॒'सूर्यआत्मा जगतस्तस्थुषश्च ॥

३५ :

ॐ तच्चक्षुर्देवहितं पुरस्ताच्छुक्रमुच्चरत् । पश्येम शरदःशतञ्जीवेम शरदः शतỤ॑शृणुयाम शरदः शतम्प्रबवाम शरदः शतमदीनाः स्याम शरदः शतम्भूयश्च शरदः शतात् ॥

गायत्रीषडङ्गन्यासः

अङ्गन्यासः

ॐ भूः हृदयाय नमः । ॐ भुवः शिरसे स्वाहा ।
ॐ स्वः शिखायै वषट् । ॐ तत्सवितुवरेण्यं कवचाय हुं ।
ॐ भर्गो देवस्य धीमहि नेत्रत्रयाय वौषट् ।
ॐ धियोयोनः प्रचोदयात् अस्त्राय फट् ।

करन्यासः

ॐ भूः अङ्गुष्ठाभ्यां नमः । ॐ भुवः तर्जनीभ्यां नमः ।
ॐ स्वः मध्यमाभ्यां नमः । ॐ तत्सवितुवरेण्यं अनामिकाभ्यां नमः ।
ॐ भर्गो देवस्य धीमहि कनिष्ठिकाभ्यां नमः ।
ॐ धियोयोनः प्रचोदयात् करतलकरपृष्टाभ्यां नमः ।

ऋषिन्यासः

ॐ विश्वामित्र ऋषये नमः शिरसि ।
ॐ गायत्रीछन्दसे नमः मुखे ।
ॐ सविता देवतायै नमः हृदि
ॐ भू बीजाय नमः नाभौ ।
ॐ भुवः शक्तये नमः पादयोः ।
ॐ स्वः किलकाय नमः सर्वाङ्गे ।

प्रातः कालीन ब्रह्मरूपा गायत्री ध्यानावाहनञ्च ।

ध्यानम्

ॐ श्वेतवर्णा समुद्दिष्टा कौशेयवसना तथा ।
श्वेतैर्विलेपनैः पुष्पैरलङ्कारैश्च भूषिता ॥

आदित्यमण्डलस्था च ब्रह्मलोकगताऽथवा ।
अक्षसूत्रधरा देवी पद्मासनगता शुभा ॥ नित्यकर्मविधि।

आगच्छ वरदे देवि त्र्यक्षरे ब्रह्मवादिनि ।
गायत्रि छन्दसां मातर्ब्रह्मयोने नमोऽस्तुते ॥

गायत्री आवाहनम्
विनियोग :-
ॐ तेजोऽसीति देवा ऋषयो गायत्री छन्दःशुक्रं दैवतं गायत्र्यावाहने विनियोगः ।

आवाहन मन्त्रः
ॐ तेजोऽसि शुक्रमस्यमृतमसि धामनामासि । प्प्रियं देवानामनाधृष्टं देवयजनमसि ॥ यजुर्वेद१।३१ ।

आगच्छ वरदे देवि ! गायत्रि ! ब्रह्मरूपिणि ।
जपानुष्ठान सिध्यर्थं प्रविश्य हृदयं मम ॥ देवीभागवत ।

गायत्र्युपस्थानम्
विनियोगः-
ॐ तुरीयस्य विमल ऋषिः परमात्मा देवता गायत्री छन्दः
गायत्र्युपस्थाने विनियोगः ।

ॐ गायत्र्यस्येकपदी द्विपदी त्रिपदी चतुष्पद्यपदसि न हि पद्यसे ।
नमस्ते तुरीयाय दर्शताय पदाय परो रजसेऽसावदो मा प्रापत् ॥

गायत्रीध्यानम्
ॐ मुक्ताविद्रुमहेमनीलधवलच्छायैर्मुखैस्त्रीक्षणै
र्युक्तामिन्दुकलानिबद्धमुकुटां तत्त्वात्मवर्णात्मिकाम् ।
गायत्रीं वरदाभयाङ्कुशकशा शुभं कपालं गुणं,
शङ्खं चक्रमथारविन्दयुगलं हस्तैर्वहन्तीं भजे ॥

प्रातः कालिकं ध्यानम्

ब्रह्माणी चतुराननाक्षवलयं कुम्भं करैः स्रुक्स्रुवौ
विभ्राणारुणकान्तिरिन्दुवदना ऋग्रूपिणी बालिका ।
हंसारोहणकेलिरम्बर मणेबिंम्बाञ्चिता भूषिता
गायत्री हृदि भाविता भवतु नः सम्पत्समृद्ध्यै सदा ॥

प्रातकाले गायत्री विनियोगः

ॐ प्रातः सन्ध्या रक्ता रक्तपद्मासनस्था रक्ताम्बरधरा रक्तवर्णा रक्तगन्धानुलेपना चतुर्मुखा अष्टभुजाद्विनेत्रा दण्डाऽक्षमाला कमण्डलु, स्रुक्स्रुवधारिणी सर्वाभरणभूषिता गायत्री कौमारी ब्राह्मी हंसवाहिनी ऋग्वेदसंहिता ब्रह्मदेवत्या त्रिपदा गायत्री षट्कुक्षिः पञ्चशीर्षा अग्नि(मुखा रुद्रशिवविष्णुहृदया ब्रह्मकवचा सांख्यायन सगोत्रा मूर्लोक व्यापिनी अग्निस्तत्त्वम् उदात्ताऽनुदात्तःस्वरितस्वरःमकारः आत्मज्ञाने जपे विनियोगः । इत्येषा गायत्री ।

ॐ प्रणवस्य ब्रह्मा ऋषिः गायत्री छन्दः परमात्मा देवता शुक्लोवर्ण जपे विनियोगः ।

ॐ भूर्भुवः स्वरिति महाव्याहृतीनां परमेष्ठी प्रजापतिऋषिः गायत्र्युष्णिगनुष्टुभश्छन्दांसि अग्नि-वायु-सूर्या देवताः गायत्री छन्दः सर्वपापक्षयार्थे गायत्रीमन्त्र जपे विनियोगः ।

ॐ तत्सवितुरित्यस्य विश्वामित्र ऋषिर्गायत्री छन्दः सविता देवता शुक्लोवर्ण अग्निमुखं ब्रह्मशिरो विष्णुहृदयं रुद्र कवचं परमात्मा शरीरं साङ्ख्यायन षट्स्वरा सरस्वती जिह्वा पिङ्गाक्षी त्रिपदा गायत्री सवितु प्रितये जपे विनियोगः ।

ध्यानम्

बाला विद्यान्तु गायत्री लोहिता चतुराननाम्
रक्ताम्बरद्वयोपेतामक्षसूत्रकरां तथा ॥
कमण्डलुधरा देवि हंसवाहनसंस्थिताम् ।

ब्रह्माणी ब्रह्मदैवत्यां ब्रह्मलोकनिवासिनीम् ॥
मन्त्रेणावाहयेद्देवीमायान्तीं सूर्यमण्डलात् ॥

ब्रह्मगायत्रीमन्त्रः
ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात् ॥

त्रिपदा गायत्री

२४ अक्षरको गायत्री ८, ८ अक्षरमा विभक्त हुँदा त्रिपदा बनेको हो । चतुर्थ पाद वा तुरीय पद परोरजसे सावदोम हो । ॐ भूर्भुवः स्वः यो व्याहृति हो । यसबाहेक ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं ॐ भर्गो देवस्य धीमहि ॐ धियो यो नः प्रचोदयात् । यी तीन गायत्रीका त्रिपाद हुन् ।

पञ्चप्रणवयुक्त गायत्री
ॐ भूर्भुवः स्वः ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं ॐ भर्गो देवस्य धीमहि ॐ धियो यो नः प्रचोदयात् ॐ परोरजसे सावदोम् ।

अक्षमालिका प्रार्थनाः
ॐ मां माले महामाये सर्वशक्तिस्वरूपिणि ।
चतुर्वर्गस्त्वयि न्यस्तस्तस्मान्मे सिद्धिदा भव ॥
ॐ अविघ्नं कुरु माले त्वं गृह्णामि दक्षिणे करे ।
जपकाले च सिद्ध्यर्थं प्रसीद मम सिद्धये ॥
ॐ ह्रीं अक्षमालिकायै नमः ॥

गायत्री जपारम्भः १०, १०८ यथाशक्यं जाप्यम् ।
मालया वा करमालया च जपम् कुर्यात. ।

जप निवेदनम्

ॐ देपागातुविद इत्यस्य मनसस्पतिऋषिः वातो देवता विराट् छन्दः जपनिवेदने विनियोगः ।

ॐ देवा गातुविदो गातुं वित्त्वा गातुमित ।

३९ :
मनसस्पतऽइमन्देव यज्ञU̐स्वाहा वातेधाः ॥

प्रार्थयेत्
यदक्षरपदभ्रष्टं मात्राहीनं च यद्भवेत् ।
तत्सर्वं क्षम्यतां देवि काश्यपप्रियवादिनि ॥

जपान्ते उत्तराङ्ग अष्टमुद्रा

सुरभिज्ञानवैराग्यं योनि:: शंखोऽथ पङ्कजम् ।
लिङ्गं निर्वाणकं चैव जपान्तेऽष्टौ प्रदर्शयेत् ॥

(१) सुरभिः (२) ज्ञानम् (३) वैराग्यम् (४) योनिः
(५) शंखः (६) पङ्कजम् (७) लिङ्गम् (८) निर्वाणम्

पुनराचमनम् ।
कायेन वाचा मनसेन्द्रियैर्वा बुद्ध्यात्मनावा नुसृतः स्वभावात् ।
करोमि यद्यद् सकलं परस्मै नारायणयेति समर्पयामि ।
आसन नजिक जल छोडेर त्यही जल शिरमा लाउने[११] ॐ शक्राय नमः ।

प्रातः कालीन अभिवादनम्
अमुकगोत्रोत्पन्नोऽमुक प्रवरान्वितोऽहं
शुक्लयजुर्वेदान्तर्गतमाध्यान्दिनवाजसनेयशाखाध्यायी अमुकशर्माऽहं भो भारद्वाजगोत्रधारिणि ब्रह्मरूपे गायत्रि ! त्वां अभिवादयामि ।

क्षमाप्रार्थनाः
यदक्षरपदभ्रष्टं स्वरव्यञ्जनवर्जितम् ।
तत्सर्वं क्षम्यतां देवि कश्यपप्रियवादिनि ॥

---

[११] यस्मिन् स्थाने जपं कुर्यात् शक्रो हरति तज्जपम् ।
तन्मृदा लक्ष्म कुर्वीत ललाटे तिलकाकृतिः ॥ व्यासस्मृतिः ।

मन्त्रहीनं क्रियाहीनं भक्तिहीनं सुरश्वरि ।
यत्पूजितं मया देवि परिपूर्णं तदस्तु मे ॥

सन्ध्याविसर्जनम् ।
ॐ उत्तरे शिखरे इत्यस्य कश्यपऋषिः सन्ध्यादेवता अनुष्टुप् छन्दः सन्ध्याविसर्जने विनियोगः ।

उत्तरे शिखरे देवि भूम्यां पर्वतमस्तके ।
ब्राह्मणेभ्यो विनिर्मुक्ता गच्छ देवि यथासुखम् ॥
ॐ अनेन सन्ध्योपासनाख्येन कर्मणा श्री परमेश्वर प्रीयतां न मम ।
ॐ ब्रह्मार्पणमस्तु ।

ॐ यस्य स्मृत्या च नामोक्त्या तपोयज्ञक्रियादिषु ।
न्यूनं सम्पूर्णतां याति सद्यो वन्दे तमच्युतम् ।
ॐ श्रीविष्णवे नमः ३

शिखामुक्तिः
ब्रह्मपाशसहस्रेण रुद्रशूल शतेन च ।
विष्णुचक्रसहस्रेण शिखामुक्तिं करोम्यहम् ॥

भूमृत्तिका बन्धनम् ।
ॐ तत्सवितु.....मन्त्रेण तत्रत्यां मृदां धारयेत् ।

एवमेव हि मध्याह्न एवं सायं सन्ध्या

विशेषस्तु **विनियोगः**

ॐ आपः पुनन्त्विति विष्णुऋषिरनुष्टुप्छन्दः आपो देवता अपामुपस्पशनि विनियोगः ॥

आचमनम्

आपः पुनन्तु पृथिवीं पृथ्वी पूता पुनातु माम् । पुनन्तु ब्रह्मणस्पतिर्ब्रह्मपूता पुनातु माम् ॥ यदुच्छिष्टमभोज्यं च यद्वा दुश्चरितं मम । सर्व पुनन्तु मामापोऽसतां च प्रतिग्रहं स्वाहा ॥

विष्णुस्वरूपा गायत्रीध्यानम्

मध्याह्ने विष्णुरूपा च तार्थ्यास्थां पीतवाससाम् । युवती च यजुर्वेदां सूर्यमण्डलसंस्थिताम् ॥

सायं सन्ध्या

विनियोगः

ॐ अग्निश्च मेति रुद्र ऋषिः प्रकृत्तिश्छन्दोऽग्निर्देवता अपामुपस्पर्शने विनियोगः ।

आचमनम्

ॐ अग्निश्च मा मन्युश्च मन्युपतयश्च मन्युकृतेभ्यः पापेभ्यो रक्षन्ताम् । यदह्ना पापमकार्षं मनसा वाचा हस्ताभ्यां पद्भ्यामुदरेण शिश्ना अहस्तदवलुम्पतु । यत्किञ्च दुरितं मयि इदमहमापोऽमृतयोनौ सत्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा ।

शिवस्वरूपा गायत्रीध्यानम्

ॐ सायाह्ने शिवरूपां च वृद्धां वृषभवाहिनीम् ।
सूर्यमण्डलमध्यस्थां सामवेदसमायुताम् ॥

पाञ्चायनपूजाप्रकरणम्

आदित्यं गणनाथं च देवीं रुद्रं च केशवम् ।
पञ्चदैवत्यमित्युक्तं सर्वकर्मसु पूजयेत् ॥ मत्स्यपुराण
हरेक विशेष पूजाहरूमा सूर्य, गणेश, देवी, शिव र केशव पञ्चदेवको पूजा अनिवार्य छ ।

शिवखमनिल शक्ति रविरग्निर्जलं हरिः
महीगणेश सम्प्रोक्तं विश्वमेतद्वयं नुमः॥ स्कन्दप्राण ।

आकाशका अधिष्टातृ देवता शिव, वायुकी अधिष्ठात्री देवी, अग्नि अर्थात् तेजका अधिष्ठातृ देवता सूर्य, जलका देवता हरि हुन् भने पृथ्वीका देवता गणेश हुन् त्यसैले पाँच देवताको पूजा पञ्चतत्त्व शोधन गरी परम तत्त्वप्रप्त गर्नका लागि आवश्यक छ । यो सनातन शास्त्रको विधि हो ।

विधि किन अपनाउनुपर्छ ?
यः शास्त्रविधिमुत्सृज्य वर्तते कामचारतः ।
न स सिद्धिमवाप्नोति न सुखं न परां गतिम् ॥

शास्त्रविधिविना(विधि नपुऱ्याइ) गरेको कर्मबाट सिद्धि हुँदैन वा सफल हुँदैन त्यसैले विधियुक्त कर्म गर्नुपर्छ ।
देवताको पूजा गर्न बसेको समयमा आफू पनि देवता नै बन्नुपर्छ । शास्त्र भन्दछन् **देवो भूत्वा देवं यजेत** देव हुनका लागि न्यास विधि अपनाउनुपर्छ ।

पाञ्चायन देवताको स्थापना कसरी गर्ने ?

पाञ्चायन पूजाका आआफ्नै विधिहरू छन् । पाँच देवतामा कसलाई इष्टदेव मान्ने हो उनैलाई बीचमा राख्नुपर्छ । हरिलाई इष्ट देव मान्नका लागि जुराइरहनुपर्दैन भन्ने मान्यता छ त्यसैले जो

कोहीले बीचमा विष्णुलाई राखेर आराधना गर्दछन् । इष्टदेवका अनुसार पूजा गर्दा निम्नानुसार स्थापना गरिन्छ ।

➢ पूजाका विषयमा

विशेषत: माझमा प्रधान देवताको पूजा गरी ईशानतिरबाट पूजा गर्दै वायव्यसम्मको कोण पूजा सुखदायी मानिन्छ । यो पूजापद्धति सृष्टि उत्पत्ति क्रमको हो । गणेशबाट पूजा प्रारम्भ गरी माझसम्म पुग्नु लयक्रम हो ।

➢ बीचमा कुन देवता राख्ने ?

यसको चिन्तनमा आफूलाई ग्रह राशी अनुसार जुरेको देवता बीचमा राख्नुपर्छ । देवी बीचमा राख्ने भए :

भवानीं तु यजेन्मध्ये तथेशान्यां तु माधवम् ।
आग्नेयां गिरिजानाथं गणेशं रक्षसां दिशि ॥ देवीभागवत ।

अन्य देवतामा माथि पाञ्चायनमा चार्टसहित राखिएको छ ।

देवी पाञ्चायन

विष्णु		शिव
	देवी	
सूर्य		गणेश

शिव पाञ्चायन

विष्णु		सूर्य
	शिव	
देवी		गणेश

विष्णु पाञ्चायन

शिव		गणेश
	विष्णु	
देवी		सूर्य

गणेश पाञ्चायन

विष्णु		शिव
	गणेश	

सूर्य पाञ्चायन

शिव		गणेश
	सूर्य	

देवी सूर्य		देवी विष्णु

पूजामा कुन चिज कता राख्ने ?

दायाँतिर राख्ने :

- घिउको दियो, शङ्ख, चन्दन, पुष्प, अक्षता ।

वायाँतिर राख्ने :

- कलश, घण्टा, धुपस्थान, तेलको दियो ।

पूजाका लागि तयार राख्ने आवश्यक सामग्रीहरू :

- ➢ एक कचौरामा जल, जौ, तिल, कुशका टुक्रा, चन्दन अक्षता र पुष्प राखेर तिलानी(कर्मपात्रो) बनाउने ।
- ➢ थालमा वरिपरि मिलाएर कर्मपात्रो, जल राखेको पञ्चपात्रा, सिंदूर चन्दन, अक्षता, फूल, जौ, तिल, पुष्प, लावा दुबो, कचौरामा दुध, दही, घिउ, मह, सख्खर,
- ➢ थालको नजिकमा जल राखेको लोहोटा,
- ➢ धूपदीप, कपूर, फल, नैवेद्य ।

आफू बस्ने आसन कता ?

पूर्व वा उत्तर फर्किएर बस्ने गरी आसन लगाएर बस्नेः

हातमा कुश लिने :

ॐ पृथ्वि ! त्वया धृता लोका देवि ! त्वं विष्णुना धृता ।
त्वं च धारय मां देवि ! पवित्रं कुरु चासनम् ॥

- उक्त आफू बसेको आसन मुनि राख्ने ।

- ➢ यसपछि तामा वा पित्तलको कचौराको जलमा तीन कुश डुबाएरः
  ॐ अपवित्रः पवित्रो वा र्सवावस्थाः गतोऽपि वा ।

य: स्मरेत् पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यन्तरः शुचिः ॥

- उक्त मन्त्र पढेपछि आफू र पूजा सामाग्रीलाई अभिषेक गर्नुपर्छ ।

➢ पूजा निम्ति तयार पारिएको **जलशुद्धि** गर्नेका लागि :

गङ्गे च यमुने चैव गोदावरी सरस्वती
नर्मदे सिन्धु कावेरी जलेऽस्मिन् सन्निधिं कुरु ।

- गङ्गा, यमुना, सरस्वती, गोदावरी, नर्मदा, सिन्धु र कावेरी नदीहरू यही जलमा समाहित भइदिनुहोस् **भनेर जललाई छुने ।**

➢ कचौरा(तिलानी)मा रहेको जल तील कुशका टुक्रा जौ चन्दन पुष्प हत्केलामा लिएर सङ्कल्प गर्ने :

अद्येह(आफ्नो गोत्र भन्ने) ...गोत्रोत्पन्न (आफ्नो नाम भन्ने)....शर्मा वर्मा गुप्तोऽहं श्रुतिस्मृतिपुराणोक्त फलप्राप्तये परमेश्वर प्रीत्यर्थे पञ्चदेवता पूजनमहं करिष्ये ।

न्यास गर्ने :

पादयो र्जानुनो ऊर्वो उदरे हृदि वक्षसि ।
मुखे शिरसि न्यासानि कृतं पूजन तत्पराः॥

आफ्ना पाउ, जानु, उरु, उदर, हृदय, मुख, शिर छुने ।

पाँच देवताको पूजा क्रम

आफ्ना अगाडि बीचमा दीप राखी त्यसको दायाँतिर गणेश र बायाँतिर कलश राख्नुपर्छ। दीपका अगाडि पाञ्चायतन देवताको स्थापना गरेपछि कचौराको जल र कुशले दीप, कलश, गणेशलाई क्रम पूर्वक वरिपरि घुमाएर एकएक टुक्रा कुश राखिदिनुपर्छ।
दीपलाई **ॐ दीपाय नमः ।**
कलशलाई **ॐ कलशस्थ वरुणाय नमः ।**

गणेशलाई **ॐ गं गणपतये नमः** भन्दै जे जे चढाउने कुराहरू छन् तिनीहरूलाई क्रमपूर्वक चढाउनुपर्छ ।

पूजामा चढाउने क्रम :

आवाहन, आसन, पञ्चोपचार (पाद्य, अर्घ्य, आचमनीयजल, स्नानीयजल, पञ्चामृत र शुद्धजल) अनि (छ भने कपडा, जनै छैन भने पर्दैन ।) चन्दन, अक्षता र पुष्पआदि । क्रमशः राख्नुपर्छ । यिनीहरूमा :

आवाहनम् बोलाएर कुश राखी बस्ने ठाउँ देखाउनु हो ।
आसनम् कुशको ओछ्याउने राखिदिनु हो ।
पाद्यं पाउधुने जल हो ।
अर्घ्यं दही, कुश, जौ, सस्यूँ मिसाएको जल हो ।
आचमनं कपूर मिसाएको जल हो ।
पञ्चामृत दूध, दही, घिउ, मह र सख्खर एकै ठाउँमा मिसाएको विशेष परिकार हो ।
शुद्धजलं केही नमिसाएको जल हो ।
नैवेद्य पकाएको पक्वान्न वा फलफूल भोग लगाउने कुरा हो ।

- *उक्त सबै कुरा नभए जल, चन्दन, फूलले मात्रै पनि पूजा गर्न सकिन्छ ।*

- **जसको पूजा गर्ने हो त्यो नाम लिएर यसरी पूजा गर्नुपर्छ । यहाँ गणेशको उदाहरण छ :**

आवाहनं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणधिपतये नमः ।
पादयोः पाद्यं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणधिपतये नमः ।
हस्तयोः अर्घ्यं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणधिपतये नमः ।
मुखे आचमनं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणधिपतये नमः ।

सर्वाङ्गे पञ्चामृतस्नानं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणधिपतये नमः ।
सर्वाङ्गे शुद्धोदकस्नानं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणधिपतये नमः ।
ललाटे चन्दनं लेपयामि ॐ श्रीमन्महागणधिपतये नमः ।
अलङ्कारार्थे अक्षताम् समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणधिपतये नमः ।
पुष्पं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणधिपतये नमः ।

- चढाउन तयार पारेका कुराहरू यसरी नै चढाउँदै जाने । चढाउने कुराहरूको क्रम माथि गणेश पूजामा जस्तै हो । सूर्य देवी शिव र विष्णुको पूजा यसरी नै गर्ने ।
- सूर्यलाई ॐ घृणि सूर्याय नमः,
- देवीलाई ॐ देव्यै नमः,
- शिवलाई ॐ शिवाय नमः
- विष्णुलाई ॐ विष्णवे नमः भनेर चढाउनुपर्छ ।

पाँच देवताको पूजा गरिसकेपछि :

- **धूपं आघ्रापयामि पाञ्चायतनेभ्यो नमः** । धुप बालेर घुमाउने ।
- **दीपं दर्शयामि पाञ्चायतनेभ्यो नमः** । दीप बालेर घुमाउने ।
- **नैवेद्यं समर्पयामि पाञ्चायतनेभ्यो नमः ।** मिश्री, फलफूल, पक्वान्न फल, मिठाइ जे छ चढाउने ।
- **त्वदीय वस्तु गोविन्द तुभ्यमेव समर्पणम्** भन्दै अर्पण गर्नुपर्छ ।
- **आचमनं जलं समर्पयामि** भन्दै तेस्रो आचमन जल चढाउनुपर्छ ।
- केही समय गायत्री आदि मन्त्र जप गर्ने ।
- **फलं निवेदयामि पाञ्चायतनेभ्यो नमः** भनेर समय अनुसारको फल निवेदन गर्नुपर्छ ।
- **दक्षिणां समर्पयामि पाञ्चायतनेभ्यो नमः** भनेर दक्षिणा चढाउने ।

➢ आरती गर्ने :

वैदिक आरती :

ॐ आ रार्त्रि पार्थिव ΰरजः पितुरप्रायि धामभिः

दिवः सदा Ủसि बृहती वि तिष्ठस आ त्वेषां वर्तते तमः ॥

अग्निज्योति....

ॐ इदỦहविः प्रजननं मे अस्तु दशवीरỦसर्वगणỦस्वस्तये। आत्मसनि प्रजासनि पशुसनि लोकसन्यभयसनि। अग्निः प्रजां बहुलां मे करोत्वन्नं पयो रेतो अस्मासु धत्त ॥

ॐ चन्द्रादित्यौ च धरणी विद्युदग्निस्तथैवच ।
त्वमेव सर्वज्योतींषि तेन नीराजयाम्यहम् ॥
नीराजनं नीराजयामि विघ्नेशादिदेवताभ्यो नमः ॥

- **अन्य आरती :**
- यसपुस्तकको अन्त्यमा छ ।
- आरती भूमिमा राखेर कपूर बाल्नेः

कर्पूरगौरं करुणावतारं संसारसारम् भुजगेन्द्रहारम् ।
सदावसन्तं हृदयारविन्दे भवं भवानीसहितं नमामि ॥

- यसपछि कर्मपात्राको जल बलेको आरतिको वरिपरि घुमाउने :

यानि कानि च पापानि जन्मान्तरकृतानि च ।
तानि तानि विनश्यन्तु प्रदक्षिणा पदे पदे ॥

- **आरतीमा अर्घ्य चढाउनेः**

जातो दैत्य वदार्थाय देवानां पालनाय च ।
तस्मै सत्वाय देवाय निर्गुणाय गुणात्मने ॥
व्यक्ताव्यक्त स्वरूपाय हृशिकपतये नमः ।
गृहाणार्घ्यं मयादत्तं उमया सहितो हरः ॥

- **पुष्पाञ्जलीः**

पुष्पाञ्जलीका लागि पुष्पलिएर हात जोड्नेः

- **वैदिक मन्त्र :**

यज्ञेन यज्ञमयजन्त देवास्तानि धर्माणि प्रथमान्यासन् ।

ते ह नाकं महिमानः सचन्त यत्र पूर्वे साध्याः सन्ति देवाः ॥

➢ पौराणि श्लोक :

गणपतिः

- गजाननं भूतगणाधिसेवितं
  कपित्थजम्बुफलचारु भक्षणं
  उमासुतं शोकविनासकारकं
  नमामि विघ्नेश्वर पादपङ्कजम् ॥१

- अविरलमदजलनिवहं भ्रमरकुलानेकसेवितकपोलम् ।
  अभिमतफलदातारं कामेशं गणपतिं वन्दे ॥२

- गणाधिप नमस्तेऽस्तु उमापुत्रोऽघनाशनः ।
  विनायकेश पुत्रैति सर्वसिद्धिप्रदायकः ॥ ३

- लम्बोदर नमःतुभ्यं सततं मोदकप्रिय ।
  निर्विघ्नं कुरु मे देव सर्वकार्येषु सर्वदा ॥४

- खर्वं स्थूलतनुं गजेन्द्रवदनं लम्बोदरं सुन्दरं
  प्रस्यन्दन्मदगन्धलुब्धमधुपव्यालोलगण्डस्थलम् ।
  दन्ताघातविदारितारिरुधिरैः सिन्दूरशोभाकरं
  वन्दे शैलसुतासुतं गणपतिं सिद्धिप्रदं कामदम् ।५।

सूर्यः

- ध्येयः सदा सवितृमण्डलमध्यवर्ति
  नारायणसरसिजा सनसन्निविष्ट
  केयुरवान् मकरकुण्डलवान् किरीटि
  हारिहिरण्मयवपुर्धतशङ्खचक्रः । १ ।

- तेजोरूप सहश्रांशु सप्ताश्वरथगं वरम् ।

द्विभुजं वरदं पद्मलान्छनं सर्वकामदम् ॥
यस्य हस्ते गदाचक्रो गरुडो यस्य वाहनः ।
शङ्खकरतलेयस्य स मे विष्णु प्रसीदतु ॥ २

देवी

- देविप्रपन्नर्तिहरे प्रसीद प्रसीदमातर्जगतोऽखिलस्य
  प्रसीद विश्वेश्वरि पाहि विश्वं त्वमीश्वरी देवि चराचरस्य ॥१

- नमो देव्यै महादेव्यै शिवायै सततं नमः ।
  नमः प्रकृत्यै भद्रायै नियताप्रणतास्मताम् ॥२

- तव च का किल न स्तुतिरम्बिके! सकलशब्दमयी किल ते तनुः।
  निखिलमूर्तिषु मे भवदन्वयो मनसिजासु बहिःप्रसरासु च ॥
  इति विचिन्त्य शिवे! शमिताशिवे! जगति जातमयत्नवशादिदम्।
  स्तुतिजपार्चनचिन्तनवर्जिता न खलु काचन कालकलास्ति मे ॥३

शिवः

- नमो रुद्राय शान्ताय ब्रह्मणे परमात्मने
  कपर्दिने महेशाय ज्योत्स्नाय महते नमः ।१।
- वन्देदेवमुमापतिं सुरगुरुं वन्दे जगत्कारणं
  वन्देपन्नगभूषणं मृगधरं वन्देपशुनांपतिम्
  वन्दे सूर्यशशाङ्कवह्नि नयनं वन्दे मुकुन्दप्रियं
  वन्दे भक्तजनाश्रयं च वरदं वन्दे शिवं शङ्करम् ।२।
- असितगिरिसमं स्यात् कज्जलं सिन्धुपात्रे
  सुरतरुवरशाखालेखनीपत्रमूर्वी ।
  लिखति यदि गृहीत्वा शारदा सर्वकालं
  तदपि तव गुणानामीशपारं न याति ।३।
- ॐ राजाधिराजाय प्रसह्यसाहिने । नमो वयं वैश्रवणाय

कुर्महे । समे कामान् काम कामाय मह्यं कामेश्वरो वै
श्रवणोददातु कुवेराय वैश्रवणाय महाराजाय नमः ।
ॐ स्वस्ती साम्राज्यं भौज्यं स्वाराज्यं वैराज्यं पारमेष्ठ्यं
राज्यं महाराज्यमाधिपत्यमयं समन्तपर्यायीस्यात् सार्वभौमः ।
सार्वायुषः आन्तादापरार्धात् । पृथव्यै समुद्रपर्यन्ताया एकराडिति ।
तदप्येषः श्लोको भिगीतो । मरुतः परिवेष्टारो मरुत्तस्यावसन् गृहे ।
आविक्षितस्य कामप्रेर्विश्वेदेवाःसभासद इति ।

विष्णुः

- सशाङ्क चक्रं सकीरिट कुण्डलं सपीत वस्त्रं सरसिरुहेक्षणम् ।
  सहार वक्षस्थल कौस्तुभश्रियं नमामि विष्णुं शिरसा चतुर्भुजम् ।१

- शान्ताकार् भुजगशयन् पद्मनाभ् सुरेशं
  विश्वाधारं गगनसदृशं मेघवर्णं शुभाङ्गम् ।
  लक्ष्मीकान्तं कमलनयनं योगिभिर्ध्यानगम्यं
  वन्दे विष्णुं भवभयहरं सर्वलोकैकनाथम् ॥ २

राम/कृष्ण :

- ध्येयं सदा परिभवग्नमभीष्ट दोहं
  तीर्थास्पदं शिवविरिञ्चि नुतं शरण्यम् ।
  भृत्यार्तीहं प्रणतपाल भवाब्धिपोतं
  वन्दे महापुरुषते चरणारविन्दम् ॥१

- त्यक्त्वा सुदुस्त्यजसुरेप्सित राज्यलक्ष्मीं
  धर्मिष्ठ आर्यवचसाय दगादरण्यं
  मायामृगं दयितयेप्सितमन्वधावद्
  वन्दे महापुरुषते चरणारविन्दम् ॥२

- नीलाम्बुजश्यामलकोमलाङ्गं सीतासमारोपितवामभागम् ।
  पाणौ महासायकचारूचापं, नमामि रामं रघुवंशनाथम् ॥३

- वामे भूमिसुता पुरश्च हनुमान् पश्चात् सुमित्रासुतः
  शत्रुघ्नो भरतश्च पार्श्वदलयोः वाय्वादि कोणेषु च।
  सुग्रीवश्च विभीषणश्च युवराट् तारासुतो जांबवान्
  मध्ये नील सरोज कोमककरुचिं रामं भजे श्यामककम् ॥४

- इमानि पुष्पाणि मनोहराणि
  सुरासुराणामपि दुर्लभानि ।
  कल्पद्रुमादि द्रुमजानि तानि
  पुष्पाञ्जलीर्मेस्तु सुखाय नित्यम् ॥

पुष्पाञ्जलीपछि पूर्व फर्किएर सूर्यलाई अर्घ्य दिनुपर्छ ।

अर्घ्य दिने मन्त्रः

- नमो विवश्वते ब्रह्मन् ! भाश्वते विष्णु तेजसे ।
  जगत्सवित्रे शुचये सवित्रे कर्म दायिने ॥

- एहि सूर्य ! सहस्रांशो ! तेजोराशे ! जगत्पते ।
  अनुकम्पय मां भक्त्या गृहाणार्घ्यं दिवाकरः ॥

प्रार्थना :

प्रातःस्मरामि खलु तत्सवितुर्वरेण्यं ।
रूपं हि मण्डलमृचोऽथ तनुर्यजूंषि ।
सामानि यस्य किरणाः प्रभवादि हेतुं
ब्रह्माहरात्मकमलक्ष्यमचिन्त्यरूपम् ॥

➢ **सूर्यका १२ नामले** :

ॐ मित्राय नमः ॐ रवये नमः ॐ सूर्याय नमः ॐ भानवे नमः
ॐ खगाय नमः ॐ पुष्णे नमः ॐ हिरण्यगर्भाय नमः
ॐ मरीचये नमः ॐ आदित्याय नमः ॐ सवित्रे नमः

ॐ अर्घाय नमः ॐ भास्कराय नमो नमः ।

➢ **दण्डवत प्रणाम गर्नेः**

भो पाञ्चायन देवा युष्मभ्यं अभिवादयामि ।

क्षमा प्रार्थनाः (**क्षमा मागने**)

- आवाहनं नजानामि, नजानामि तवार्चनम् ।
  पूजांश्चैव नजानामि क्षम्यतां परमेश्वरः॥१
- यदक्षरपदभ्रष्टं मात्राहीनं च यद्भवेत् ।
  तत्सर्वं क्ष्यम्यतां देवा ! प्रसीद परमेश्वरः ॥३

➢ **हातमा जललिने** :

अनेन मया कृता पूजनादि कर्मणा पाञ्चायन देवाः प्रियन्तां न मम ॐ तत्सत् ब्रह्मार्पणमस्तु । जल भुइँमा छोडिदिने ।

➢ **प्रार्थना :**

यस्य स्मृत्या च नामोक्त्या तपोयज्ञक्रियादिषु ।
न्यूनं संपूर्णतां याति सद्यो वन्दे तमच्युतम् ॥
ॐ विष्णवे नमः । ॐ विष्णवे नमः । ॐ विष्णवे नमः ।

➢ **चरणोदक लिँदा भन्ने :**

अकालमृत्युहरणं सर्वव्याधिविनाशनम् ।
विष्णोः पादोदकं पीत्वा पुनर्जन्म न विद्यते ।

➢ **तुलसी मञ्जरी खाने मन्त्र :**

पूजनानन्तरं विष्णोरर्पितं तुलसीदलम् ।
भक्षये देहशुद्ध्यर्थं चान्द्रायणशताधिकम् ॥

व्रतपर्वमा आफैँले पूजा गर्दा :

विशेष व्रत लिँदा वा पर्वमा गुरु नराखी आफैँ अलि लामो पूजा गर्ने हुँदा तलको विधि अपनाउन सकिन्छ :

पूजाका लागि आवश्यक सामग्री

१ जल, जौ, तिल, कुशका टुक्रा राखेर तिलानी बनाएको कचौरा,

२ ठूलो थालमा पञ्चोपचार भनेका पाद्य, अर्घ्य, आचमन, पञ्चामृत र शुद्ध जल क्रमशः राख्नुपर्छ ।

पाद्य पाउधुने जल हो ।

अर्घ्य दही, कुश, जौ, सस्यूँ मिसाएको जल हो । यसपछि(हात धुने जल दिने ।)

आचमन कपूर मिसाएको जल हो ।

पञ्चामृत दूध, दही, घिउ, मह र सख्खर(चिनी)एकै ठाउँमा मिसाएको विशेष परिकार हो ।

शुद्धजल केही नमिसाएको जल हो ।

३. पञ्चामृत स्नानका लागि सासाना कचौरामा :
दूध, दही, घिउ, मह, सख्खर राख्ने ।

४. अर्को थालमा वरिपरि कपडा, सलाई, चन्दन, दुध, दही, घिउ, मह, सख्खर, फूल, दुबो जौ, तिल पुष्प, लावा, जनै, सुपारी आदि,

५ जल राखेको लोहोटा,

६. धूप, दीप, कपूर र नैवेद्य ।

७. कुन देवताको पूजा गर्ने हो उक्त देवताको मूर्ति वा प्रतिमा

८. गणेशलाई २१ सुतेबत्ती, लडडु र दुवो । विष्णुलाई तुलसी मञ्जरी,

९. कपडाः शिवलाई सेतो, विष्णुलाई पहेँलो, गणेश र देवीलाई रातो जोडी–जोडी तयार गर्ने ।

➢ पूजा गर्ने तरिका

सूर्योदयहुनुभन्दा केही अगाडिको समय पारेर स्नान गरी शुद्ध रातो कपडा, भष्म, रुद्राक्ष माला लगाएर **पूर्व वा उत्तर फर्किएर बस्ने गरी आसन बनाउनुपर्छ** र आसन शुद्ध गर्नुपर्छ ।

➢ आसन शुद्धिलाई एउटा कुश लिएर मन्त्र पढ्ने :

ॐ पृथ्वि ! त्वया धृता लोका देवि ! त्वं विष्णुना धृता ।
त्वं च धारय मां देवि ! पवित्रं कुरु चासनम् ॥
उक्त कुश बसेको आसन मुनि राख्ने ।

➢ तामा वा काँसको कचौरामा जल, जौ, तिल, कुशका टुक्रा, चन्दन, अक्षता राखेर कर्मपात्रो(तिलानी जल) बनाउने । माथि कर्मपात्र निर्माणमा मन्त्र छन् । तिनै पढ्ने । नआएमा यति गरेपछि त्यो कर्मपात्र बन्छ ।

➢ कर्मपात्रको जलमा तीन कुश डुबाउने :

ॐअपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थाङ्गतोऽपि वा ।
यः स्मरेत् पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यन्तरः शुचिः ॥
उक्त कुशले जल सबैतिर छर्किदिने ।

➢ यसपछि कुश, तील र जौसहितको तिलानीको जल हत्केलामा राखेर सङ्कल्प गर्नेः

अद्येह(आफ्नो गोत्र भन्ने) ...गोत्रोत्पन्न (आफ्नो नाम भन्ने).... पुरुष भए (ब्राह्मणले शर्मा,(क्षत्री भए) वर्मा, र अन्यले वैश्य वा गुप्तोऽहं, (स्त्री भए) देव्यहं मम श्रुतिस्मृतिपुराणोक्त फलप्राप्तये श्रीमत् भगपतप्रीत्यर्थं (पर्वको नाम भन्ने) शुभपुण्य पर्वणि (तिथिको नाम लिने) तिथौ (पूजा गर्ने देवताको नाम) पूजनमहं करिष्ये भनेर भूईंमा छोडिदिने ।

➢ पूजामा राखेको लोहोटाको जललाई छुनेः

गङ्गे च यमुने चैव गोदावरी सरस्वती
नर्मदे सिन्धु कावेरी जलेऽस्मिन् सन्निधिं कुरु ।

गङ्गा, यमुना, सरस्वती, गोदावरी, नर्मदा, सिन्धु र काबेरी नदीहरू यही जलमा समाहित भइदिनुहोस् भनेर ढोगिदिने ।

➢ सर्स्युं हातमा राख्ने :

- ॐ अपसर्पन्तु ते भूता ये भूता भूतले स्थिता ।
  ये भूता विघ्नकर्तारस्ते नश्यन्तु शिवाज्ञया ॥१
- अपक्रामन्तु भूतानि पिशाचाः सर्वतो दिशं ।
  सर्वेषामवरोधेन पूजाकर्म समारभे ॥२

भन्दै चारैतिर छर्ने ।

➢ शिखाबाँध्ने :

चिद्रुपिणि ! महामाये ! दिव्यतेजः समन्विते
तिष्ठ देवि ! शिखामध्ये तेजोवृद्धिं कुरुष्व मे ।

➢ आचमन गर्ने :

ॐ अच्यूताय नमः ॐ माधवाय नमः
ॐ केशवाय नमः भन्दै तीन पटक आचमन गरी
ॐ गोविन्दाय नमः भन्दै हात धुनुपर्छ ।

➢ पूजाक्रम बुझौं :

आफ्ना अगाडि **बीचमा दीप** राखी त्यसको **दायाँतिर गणेश वायाँतिर कलश राख्नुपर्छ** आफ्नो अगाडि सफा पिर्कामा रातो कपडा विच्छ्याएर आफूले पूजा गर्न लागिएका देवताको प्रतिमा, फोटो जे छ त्यो राख्ने यहाँ उदाहरणका लागि गणेश राखिएको छ त्यसैले गणेश प्रतिमा वा यन्त्र बीचमा राख्नुपर्छ । अगाडिपट्टि दही, दुबो, जौ, कूश, चन्दन र केरा हालेर अर्घ बनाउने र दायाँतिर घण्टी राखेर घण्टी र अर्घमा पूजा गरेपछि घण्टी बजाउँदै कचौराको जल र कुशले दीप

र कलश क्रम पूर्वक वरिपरि घुमाएर एकएक टुक्रा कुश राखिदिनुपर्छ। यसपछि **दीपलाई ॐ दीपाय नमः कलशलाई ॐ कलशस्थ वरुणाय नमः** र गणेशलाई **ॐ गं गणपतये नमः** भनेर पूजा गर्ने पूजामा पञ्चोपचार(पाद्य, अर्घ्य, आचमन, पञ्चामृत, शुद्ध जल चन्दन, अक्षता, पुष्प, धुप, बत्ती, नैवेद्य, जल र फल चढाउनुपर्छ। गणेशको पूजामा दुवो हातमा लिएर गणाधिप नमस्तेऽस्तु उमापुत्रोऽघनाशनः ।
विनायकेश पुत्रैति सर्वसिद्धिप्रदायकः ॥ भनी प्रार्थना गरी चढाउने । यसरी नै
जुन देवताको व्रत लिएको हो । सम्बन्धित देवीदवेतालाई आफ्नो अगाडि राखेर पूजा गर्ने । गणेशको व्रत भएमा

- **उदाहरणमा गणेश पूजा :**
- **गणेशको प्रतिमातिर फर्किएर दुवो, फूलसहित हात जोड्नेः**

गजाननं भूत गणादि सेवितं कपित्थजम्बूफलचारूभक्षणम् ।
उमासुतं शोक विनाशकारकं नमामि विघ्नेश्वर पाद पंकजम् ॥

हे गणाधिप ! उमाशिव पुत्र ! सबै पाप नाश गर्ने सर्वसिद्धि प्रदायक, विनायक गणेश हजुरलाई नमस्कार छ। हातमा लिएको पुष्प चढाउने ।

- **रातो, पहेँलो पुष्प, केशरी, दुबो र अक्षता लिएर फोटो वा प्रतिमा छुँदै १६ पटक ॐ जप गरेर त्यहीँ छोडिदिनुपर्छ।**

- **गणेशमा कुश र जलले आवाहन गर्ने** :

आवाहनं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

- **कुश राखिदिने** :

आसनं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

- **पाँच कचौरामा राखेका सामाग्री चढाउनेः**
- **पाउ धुने जल दिने :**

पादयो: पाद्यं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

- **अर्घ्य चढाउने**:

हस्तयोः अर्घ्यं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

- **जल चढाउनेः**

मुखे आचनमनीयं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

- **जलले नुहाइदिने** :

सर्वाङ्गे स्नानं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

- **शुद्धोदकस्नानः**

शुद्धोदकस्नानं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

- **दूधले नुहाउनेः**

पयः स्नानं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

- **शुद्धजलले नुहाउनेः**

शुद्धोदकस्नानं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

- **दहीले नुहाइदिनेः**

दधिस्नानं समर्पयामि ॐ ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

घिउले नुहाइदिनेः

घृतस्नानं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

- **महले नुहाइदिनेः**

मधुस्नानं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

- **सख्खरले नुहाइदिने** :

शर्करास्नानं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

- **चन्दन मिसाएको जलले नुहाइदिने**:

गन्धोदक स्नान् समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

- प**ञ्चामृतले नुहाइदिने**:

पञ्चामृतस्नानं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

- **शुद्ध जलले नुहाउने**:

शुद्धोदकस्नानं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

- **विविध उपकरण चढाउनेः**

- **सुगन्धित तेल लगाइदिने** :
  सुवासितं तैलं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।
- **दुई वटा रातो कपडा ओढाइ दिनेः**
  वस्त्रोपवस्त्रं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।
- **जनै लगाइदिनेः**
  यज्ञोपवितिं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।
- **आचमन जल चढाइदिने**

  यज्ञोपवितान्ते आचमनीयं जलं समर्पयामि ॐ
  श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।
- **चन्दन लगाइदिनेः**
  चन्दनं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।
- **अक्षताको टीका लगाइदिने**ः
  अक्षतां समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।
- **पुष्पको माला लगाइदिनेः**
  पुष्पमालां समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।
- **वेलपात चढाउने**ः
  विल्वपत्रम् समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।
- **दुबो चढाउनेः**
  दुर्बाङ्कुरान् समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।
- **धुप लगाउने**ः
  धुपं आघ्रापयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।
- **बत्ती सल्काउनेः**
  दीपं दर्शयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।
- **पकाएको चीज र फलफूल(नैवेद्य) चढाउने :**
  नैवेद्यं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।
- **लड्डु चढाउने**ः
  मोदकम् समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

➢ **सुपारी चढाउनेः**

तांम्बुलं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

➢ **फलफूल चढाउने**:

फलं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

➢ **समयानुसारको फल चढाउने**:

फलम् समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

➢ **पैसा चढाउने**:

दक्षिणां समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

➢ **जल चढाउने** :

नैवेद्यान्ते आचमनीयं समर्ययामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

➢ **२१ सूते बत्ती २१ जोर वा सोभन्दा बढी राखेर आरति गर्ने**:

आरति पूस्तकको पछाडि छ ।

➢ **आरति अर्पण गर्ने** :

अन्त्यमा अरात्रिक्यम् समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

आरति वरिपरि जल घुमाउने र आरति र गणेशमा अर्घ्य चढाउने ।

➢ **पुष्पाञ्जलि लिनेः**

खर्वं स्थुलतनुं गजेन्द्रवदनं लम्बोदरं सुन्दरं
प्रस्यन्दन्मदगन्धलुब्धमधुपव्यालोलगण्डस्थलम् ।
दन्ताघातविदारितारिरुधिरैः सिन्दुरशोभाकरम्
वन्दे शैलसुतासुतं गणपतिं सिद्धिप्रदं कामदम् ॥

जसको शरीर मोटो छ। गजराजसमान मुख र लामो उदर छ। जसका सुन्दरता र बग्दै गरेको मदको सुगन्धको लोभले आएका भमराका कारण गण्डस्थल चञ्चल भएको छ। दाँतका चोटले विदीर्ण भएर शत्रुका रगतले सिन्दुरको शोभा लिएको छ। यस्ता कामनाका दाता पार्वतीपुत्र गणेशजीलाई म वन्दना गर्छु।

पुष्पाञ्जलिं समर्पयामि ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ।

➢ **क्षमा माग्ने :**

आवाहनं नजानामि, नजानामि तवार्चनम् ।
पूजाञ्चैव नजानामि क्षम्यतां परमेश्वरः ।

भन्दै भूईँमा ढोगिदिनुपर्छ ।

अब १०८ पटक **ॐ गं गणपतये नमः** गणेशमन्त्र जप गर्ने ।

➢ **गणेश गायत्री** :

एकदन्ताय विद्महे वक्रतुण्डाय धीमहि तन्नो दन्ती प्रचोदयात् ।

➢ पूजाको अन्त्यमा जलप्रसाद ग्रहण गर्नुपर्छ ।

➢ **स्मरणीय कुराः**

माथि गरे जसरी नै शिवको भए माथि **ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः** भनेको ठाउँमा **ॐ सदाशिवाय नमः** देवीको भए **देव्यै नमः** नारायण/विष्णुको भए **ॐ विष्णवे नमः ॐ नारायणाय नमः** सत्यनाराउणको भए ॐ रमासहित सत्यनारायणाय नमः भनेर पूजा गर्नुपर्छ। प्रार्थना माथि पाञ्चायनमा दिएकै गर्ने ।

➢ **सम्बन्धित देवताका नाम र जप गर्नका लागि :**

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय नमः । ॐ नमः शङ्कराय ॐ ।
ॐ घृणि सूर्याय नमः । ॐ परमतत्वाय शिवशक्तिस्वरुपाय नमःशिवाय । ॐ जगदम्बायै नमः । ॐ हरिहराय नमः । ॐ दुर्गायै नमः ।

ॐ सरस्वत्यै नमः । ॐ नमः शिवाय । ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै नम
: । ॐ उमायै नम : । ॐ विष्णवे नमः । ॐ महालक्ष्म्यै नमः
ॐ अर्द्धनारीश्वराय नमः । ॐ विन्ध्यवासिन्यै नमः । ॐ नवग्रहेभ्यो नम
: ॐ हं हनुमते नमः । ॐ हं पवननन्दनाय नमः । ॐ भैरवाय नमः ।
ॐ भीमसेनाय नमः ।

➢ नवग्रहहरू:

ॐ सूर्याय नमः । ॐ चन्द्राय नमः । ॐ भौमाय नमः
ॐ बुधाय नमः । ॐ वृहस्पतये नमः । ॐ शुक्राय नमः ।
ॐ शनये नमः । ॐ राहवे नमः । ॐ केतवे नमः ।

➢ पूजा गर्दा थाहा पाउनुपर्ने कुराहरू:

घरमा कति मूर्ति स्थापना गर्नुहुन्छ ?

एका मूर्तिर्नसम्पूज्या गृहिणा स्वेष्टमिच्छता ।
अनेकमूर्तिसम्पन्नः सर्वान् कामानवाप्नुयात् ॥

गृहस्थीले एउटामात्र मूर्ति पूज्नुहुँदैन । एकभन्दा अधिक मूर्तिको पूजाले नै कामना पूरा हुन्छन् ।

➢ कुन मूर्ति कतिवटा सम्म पूज्नुहुन्छ ?

गृहे लिङ्गद्वयं नार्च्यं गणेशत्रितयं तथा ।
शङ्खद्वयं तथा सूर्यो नार्च्यौ शक्तित्रयं तथा ॥१
द्वे चक्रे द्वारकायास्तु शालग्रामशिलाद्वयम् ।
तेषां तु पूजनेनैव उद्वेगं प्राप्नुयाद् गृही **॥२** आचारप्रकाश,

घरमा दुई शिवलिङ्ग, तीन गणेश, दुई शङ्ख, दुई सूर्य, तीन देवी, दुई द्वारका चक्र,[१२] दुई शालग्रामलाई एक ठाउँमा राखेर पूजा गर्नु हुँदैन । यदि पूजा गरिन्छ भने उद्वेग अस्थिरता प्राप्त हुन्छ ।

---

[१२] गोमति चक ।

➢ कुन देवताको कति परिक्रमा गर्ने:

एकां विनायके कुर्याद् द्वे सूर्ये तिस्र ईश्वरे ।
चतस्रः केशव कुर्यात्सप्ताश्वत्थे प्रदक्षिणाः ॥
एका चण्ड्याः रवे सप्त तिस्रः कार्या विनायके ।
हरेःचतस्रः कर्त्तव्याः शिवस्यार्ध प्रदक्षिणा ॥
वृषं चण्डं वृषं चैव सोमसूत्र पुनवृर्षम् ।
अपसव्यं यतीनान्तु सव्यन्तु ब्रह्माचारिणाम् ॥
सव्यापसव्यं गृहिणामेवं शम्भोः प्रदक्षिणा ।
सव्यं व्रजेत्तोत्तोऽसव्यं प्रनाल नैव लङ्घयेत् ॥

गणेशको एक वा तीन, सूर्यको दुई वा सात, विष्णुको तीन, केशवको चार, देवी एक, कृष्णको तीन, शिवको आधा परिक्रमा गर्नुपर्छ ।

➢ किन परिक्रमा गर्ने ?

दैवी शक्ति दक्षिणवर्ती हुन्छ त्यसैले दायिने घुम्नुपर्छ ।

➢ पाञ्चायतन देवता स्थापना गर्ने तरिका

ईशानीमारभ्य प्रादक्षण्येन स्थापयेत् ।
यतो व्यत्यययाये हानीकरा भवन्ति ॥ निर्णय सिन्धौ ।

पूजा ईशानकोणबाट प्रारम्भ गरेर दायिने पटिबाट गर्दै लानुपर्छ । यो व्यतिक्रम भयो भने हानिकारक हुन्छ ॥

➢ पाञ्चयतन देव पूजामा चढाउने र चढाउन नमिल्ने पुष्पहरू:

- देवीनामर्कमन्दारौ..वर्जयेत्
  एवं गणेशं तुलसीपत्रैदुर्गां नैवतु दुर्वया ॥
  भगवतीलाई दुवो, अर्क, मन्दार पुष्प अनि गणेशलाई तुतसी पात नचढाउनू ।
- वर्षाऋतुमामात्र कदम्ब र माघमामात्र बकुल शिवलाई चढाउने विधान छ ।

➢ फूलको नाम नजानेमा :

येषां न प्रतिषेधोऽस्ति गन्धवर्णान्विचानि च ।
तानि पुष्पाणि देयानि भानवे लोक भानवे ॥

- कुन चढाउने कुन नचढाउने सबै फूलको नाम थाह नहुँदा शास्त्रले बाधा फुकाउँदै भनेको छः रङ्ग,रूप र सुगन्धयुक्त सबै फूल भगवानमा अर्पित गर्नु तर नाम जानेका पुष्पहरूको भने नियम पूर्वक चढाउन मिल्नेमात्र चढाउनुपर्छ ।

देवता	चढाउन मिल्ने	चढाउन नमिल्ने
गणेश	दुवो आदि सबै फूल	तुलसी
सूर्य	आँक, करवीर आदि अनेक पुष्प	धतुरो, अपराजिता
देवी	श्वेतकमल, रक्तपुष्प आदि अनेक	दुवो, आँक
शिव	विल्वपत्रआदि अनेक पुष्प	कदम्ब सिरिष, कपास अनार, तित्री, बकुल, केतकी, जूही, कुन्द
विष्णु	तुलसीपत्र आदि अनेक पुष्प	आँक, धतुरो, अपराजिता, सिमल, शिरिष, पीप्पल

➢ जन्मोत्सवमा आफैं पूजा गर्दा :

जन्म दिनमा माथि दिएजस्तै दियो कलश गणेश राखी बीचमा एक फलेकमा सेतो कपडा बेरेर बीचबाट पूर्वतर्फ पङ्क्ति मिलाए तीनवटा बीचमा एउटा पश्चिमतिर तीनवटा र बीचबाट उत्तरतिर एक दक्षिणतिर एक सुपारी राखी पूर्वको बीचमा मार्कण्डेय अनि दाँयाँ हुँदै क्रमैले व्यास हनुमान आदि र बीचमा षष्ठीका देवीकोपूजा गर्ने ।

➢ अष्टचिरञ्जीवी को को हुन् ?

अश्वत्थामा, बलिर्व्यासो, हनुमांश्च, विभीषण,

कृप, परशुरामश्च मार्कण्डेयमथाष्टमम् ।

➢ **अष्ट चिरञ्जीविहरू :**

१. मार्कण्डेय २.व्यास, ३.परशुराम, ४.द्रौणि,
५. कृपाचार्य ६.बलि, ७.हनूमान, ८. विभीषण,
प्रह्लाद पनि चिरञ्जीवी मानिन्छन् ।

ॐ अष्टचिरञ्जीविभ्यो नमः ।

➢ बृहस्पति, शुक्र अस्त एवं मलमास र क्षयमासमा गर्न नहुने कुराहरू:

हामीहरूलाई गुरु र शुक्र अस्त हुँदा गर्न नहुने कुराहरू केके होलान् ? जिज्ञाषा भइरहन्छ। यस विषयमा जानकारी होस् भनेर निम्न जानकारी यहाँ राखिएको छ।

वाप्यारामतडागकूपखननारम्भप्रतिष्ठे व्रता
रम्भोत्सर्गवधूप्रवेशनमहादानानि सोमाष्टके।
गोदानाग्रयणप्रपाप्रथमकोपाकर्मवेदव्रतं
नीलोद्वाहमथातिपन्नशिशुसंस्कारान्सुरस्थापनम ॥
दीक्षामौञ्जीविवाहमुण्डनमपूर्व देवादितीर्थेक्षणं
सन्यासाग्निपरिग्रहौ नृपतिसंदर्शाभिषेकौ गमम।
चातुर्मास्यसमावृती श्रवणयोर्वेधं परीक्षां त्यजेद्
वृद्धशिशुज्यसितयोन्यूनाधिमासे तथा ॥

गुरु, शुक्र अस्त, बाल्य, वृद्धत्व अनि अधिक र क्षयमासमा सार्वजनिक धारा, बगैंचा, तलाउ, कुवा, घर आदिको निर्माण वा प्रतिष्ठा, व्रतहरूको आरम्भ वा उद्यापन, वधूप्रवेश, तुलादि सोह्रदान (महादान), सोम यज्ञ, अष्टक श्राद्ध, पहिलो पटक दारीकपाल काट्ने वा छेवरको काम, नुवाँगी खाने, पौवाशाला, पहिलो पटक श्रावणी कर्म, वेदारम्भ, काम्यकर्म, वृषोत्सर्ग, बालकहरूको अन्नप्राशन, व्रतबन्ध, समावर्तनादि संस्कार कर्म, देवप्रतिष्ठा, मन्त्रदीक्षा ग्रहण, पहिलो पटक कुनै तीर्थादि देवालय दर्शन, सन्यास ग्रहण, अग्निहोत्रकर्मका लागि अग्निसङ्ग्रह, राजाको दर्शन राज्याभिषेक, चातुर्मास पुराण श्रवण, कर्म गर्नु, नाककान छेड्ने काम, परीक्षा लिनुदिने कामहरू अस्त बाल्य र वृद्धत्वमा गर्नु हुँदैन। यसरी नै उक्त कर्महरू नगर्नु भन्ने शास्त्रहरूमा नियम छ।

✠ ✠ ✠

अथर्वशीर्षप्रकरण :

श्रीगणपत्यथर्वशीर्षम्

हरिः ॐ ॥ नमस्ते गणपतये । त्वमेव प्रत्यक्ष तत्त्वमसि । त्वमेव केवलं कासि । त्वमेव केवलं धर्तासि। त्वमेव केवलं हर्तासि । त्वमेव सर्वं खल्विदं ब्रह्मासि । त्वं साक्षादात्मासि नित्यम् ॥१

ऋतं वच्मि । सत्यं वच्मि ॥२

अव त्वं माम् । अव वक्तारम् । अव श्रोतारम् । अव दातारम् । अव धातारम् । अवानूचानमव शिष्यम् । अव पश्चात्तात् । अव पुरस्तात् । अव चोत्तरात्तात् । अव दक्षिणात्तात् । अव चोर्ध्वात्तात् । अवाधरात्तात् । सर्वतो मां पाहि पाहि समन्तात् ॥३

त्वं वाङ्मयस्त्वं चिन्मयः । त्वमानन्दमयस्त्वं ब्रह्ममयः । त्वं सच्चिदानन्दाद्वितीयोऽसि । त्वं प्रत्यक्ष ब्रह्मासि । त्वं ज्ञानमयो विज्ञानमयोऽसि ॥४

सर्वं जगदिदं त्वत्तो जायते । सर्वं जगदिदं त्वत्तस्तिष्ठति । सर्वं जगदिदं त्वयि लयमेष्यति । सर्वं जगदिदं त्वयि प्रत्येति । त्वं भूमिरापोऽनलोऽनिलो नभः । त्वं चत्वारि वाक्पदानि ॥५

त्वं गुणत्रयातीतः । त्वं कालत्रयातीतः । त्वं देहत्रयातीतः । त्वं मूलाधारस्थितोऽसि नित्यम्। त्वं शक्तित्रयात्मकः । त्वां योगिनो ध्यायन्ति नित्यम् । त्वं ब्रह्मा त्वं विष्णुस्त्वं रुद्रस्त्वमिन्द्रस्त्वमग्निस्त्वं वायुस्त्वं सूर्यस्त्वं चन्द्रमास्त्वं ब्रह्म भूर्भुवः स्वरोम् ॥६

गणादिं पूर्वमुच्चार्य वर्णादिं तदनन्तरम् । अनुस्वारः परतरः।
अर्धेन्दुलसितम् । तारेण रूद्धम् । एतत्तव मनुस्वरूपम् । गकारः
पूर्वरूपम्। अकारो मध्यमरूपम् । अनुस्वारश्चान्त्यरूपम् ।
बिन्दुरुत्तररूपम् । नादः सन्धानम् । संहिता सन्धिः। सैषा गणेशविद्या ।
गणक ऋषिनिचृगायत्री छन्दः । श्रीमहागणपतिर्देवता । ॐ गं गणपतये
नमः ॥।७

एकदन्ताय विद्महे वक्रतुण्डाय धीमहि। तन्नो दन्ती प्रचोदयात् ॥ ८

एकदन्तं चतुर्हस्तं पाशमङ्कुशधारिणम् ।
अभयं वरदं हस्तैर्बिभ्राणं मूषकध्वजम् ॥
रक्त' लम्बोदरं शूर्पकर्णक रक्तवासम् ।
रक्तगन्धानुलिप्ताङ्ग रक्तपुष्पैः सुपूजितम् ॥ भक्तानुकम्पिनं देवं
जगत्कारणमच्युतम् ।
आविर्भूतं च सृष्ट्यादौ प्रकृतेः पुरुषात्परम् ॥
एवं ध्यायति यो नित्यं स योगी योगिनां वरः ॥९

नमो व्रातपतये नमो गणपतये नमः, प्रमथपतये नमस्तेऽस्तु
लम्बोदरायैकदन्ताय विघ्नविनाशिने शिवसुताय श्रीवरदमूर्तये नमः ॥
१०

एतदथर्वशिरो योऽधीते स ब्रह्मभूयाय कल्पते।
स सर्वविघ्नैर्न बाध्यते । स सर्वतः सुखमेधते ।
स पञ्चमहापातकोपपातकात्प्रमुच्यते ।
सायमधीयानो दिवसकृतं । पापं नाशयति ।
प्रातरधीयानो रात्रिकृतं पापं नाशयति ।
सायंप्रातः प्रयुञ्जानोऽपापो भवति ।
धर्मार्थकाममोक्ष च विन्दति ॥
इदमथर्वशीर्षमशिष्याय न देयम्।

यो यदि मोहाद्वास्यति स पापीयान्भवति।
सहस्त्रवर्तनाद् यंकाममधीते तं तमनेन साधयेत् ॥११
अनेन गणपतिमभिषिञ्चति स वाग्मी भवति । चतुर्थ्यामनश्नञ्जपति
स विद्यावान्भवति । इत्यथर्वणवाक्यम् । ब्रह्माद्याचरणं विद्यात् ।
न बिभेति कदाचनेति ॥१२

यो दूर्वाङ्कुरैर्यजति स वैश्रवणोपमो भवति ।

यो लाजैर्यजति स यशोवान्भवति । स मेधावान्भवति ।

यो मोदकसहस्त्रेण यजति स वाञ्छितफलमवाप्नोति ।

यः साज्यसमिद्भिर्यजति स सर्वं लभते स सर्वं लभते ॥ १३

अष्टौ ब्राह्मणान् सम्यग्ग्राहयित्वा सूर्यवर्चस्वी भवति । सूर्यग्रहणे
महानद्यां प्रतिमासंनिधौ वा जप्त्वा सिद्धमन्त्रो भवति ।
महाविघ्नात्प्रमुच्यते । महापापात्प्रमुच्यते । महादोषात्प्रमुच्यते । स
सर्वविद्भवति । स सर्वविद्भवति । य एवं वेद ॥१४ इत्युपनिषद् ।

ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

शान्तिपाठ

✠ ✠ ✠

ॐ भद्रं कर्णेभि शृणुयाम देवाः।
भद्रं पश्येम् अक्षभिर्यजत्राः॥
स्थिरै रंगै स्तुष्टुवां सहस्तनुभिः।
व्यशेम देवहितं यदायुः।१।

ॐ स्वस्ति न इन्द्रो वृद्धश्रवाः।
स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः।
स्वस्ति नः तार्क्ष्यो अरिष्ट नेमिः॥
स्वस्ति नो बृहस्पतिः दधातु ।२।

ॐ शांतिः। शांतिः॥ शांतिः॥।

सूर्याथर्वशीर्ष

अथ सूर्य अथर्व आङ्गिरसं ब्रह्मा ऋषिः आदित्यो देवता गायत्री छन्दः हंसात् अग्निनारायण युक्तं बीजं हृल्लेखा शक्तिः द्विपद आदि सर्ग सयुक्त कीलकं धर्म अर्थ काम मोक्ष इषु जपे विनियोगः ।

षट् स्वर आरूढ बीजेन षड् अङ्गं रक्त अम्बुज संस्थितं सप्त अश्व रथिनं हिरण्यवर्ण चतुर्भुजं पद्म द्वय अभय वरद हस्तं कालचक्र प्रणेतारं च श्री सूर्यनारायणं य एवं वेद स वै ब्राह्मणः ॐ भूः ॐ भुवः ॐ स्वः ॐ महः ॐ जनः ॐ तपः ॐ सत्यं

ॐ तत् सवितु: वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो योनः प्रचोदयात्
परोरज सेसावदोम्
ॐ आपः ज्योति रसो अमृतं ब्रह्म भू: भुवः स्वः ॐ
सूर्य आत्मा जगतः तु स्थः च
सूर्यात् वै खल्विमानि भूतानि जायन्ते
सूर्यात् यज्ञाः पर्जन्यः अन्नः आत्मा
नमस्ते आदित्याय
त्वं एव केवलं कर्ता असि
त्वं एव प्रत्यक्षं विष्णु: असि
त्वं एवं प्रत्यक्षं ब्रह्मा असि
त्वं एव प्रत्यक्षं रुद्र असि
त्वं एव प्रत्यक्षं ऋक् असि
त्वं एव प्रत्यक्षं यजु: असि
त्वं एव प्रत्यक्षं साम असि
त्वं एव प्रत्यक्षं अथर्व असि
त्वं एव सर्वं छन्द असि
आदितयाद् वायु: जायते
आदित्याद् भूमिः जायते
आदित्याद् आपः जायन्ते
आदित्याद् ज्योतिः जायते
आदित्याद् व्योम दिशो जायन्ते
आदित्याद् वेदा जायन्ते
आदित्याद् देवा जायन्ते
आदित्यो वा एष एतन् मण्डलं तपति
असाव आदित्यो ब्रह्म
आदित्यो अन्तःकरण मनो बुद्धि चित्त अहंकारः
आदित्यो वै व्यान समान उदान अपान प्राणः
आदित्यो वै श्रोत्र वाक् चक्षु: रसना नासाः
आदित्यो वै वाक् पाणि पाद उपस्थ पायुनि

आदित्यो वै शब्द स्पर्श रूप रस गन्धाः
आदित्यो वै वचन आदान गमन आनन्द विसर्गः
आनन्द मयो ज्ञानमयो विज्ञानमयो आदित्यः
नमो मित्रास भानवे मृत्योः मा पाहि भ्राजिष्णवे विश्व हेतवे नमः
सूर्यो नो दिवः पातु वातो अन्तरिक्षात्
अग्निः न पार्थिवेभ्यः
सूर्यात् भवन्ति भूतानि
सूर्येण पालितानि तु
सूर्ये लयं प्राप्नुवन्ति
यः सूर्यः सोऽहं एव च
चक्षुः नो देवः सविता
चक्षुः न उत पर्वतः
चक्षुः धाता दधातु नः
आदित्याय विद्महे सहस्त्र कराय धीमहि तन्नो सूर्यः प्रचोदयात्
सविता पश्चात् तात
सविता पुरः तात
सविता उत्तरात् तात
सविता अधरात् तात
सविता नः सुवतु सर्व तातिम्
सविता नो रासतां दीर्घमायुः
ॐ इति एक अक्षरं ब्रह्म
घृणिः इति द्वे अक्षरे
सूर्य इति अक्षर द्वयं
आदित्य इति त्रीण्य अक्षराणि
एतद वै सुर्यस्य अष्टाक्षरं मनुम् । ॐ घृणिसूर्याय नमः ।

फलश्रुति

यः सदा हरहः जपति

सो ब्रह्मण्यो ब्राह्मणो भवति
सुर्याभिमुखं जप्त्वा महाव्याधि भयात् प्रमुच्यते
अलक्ष्मीः नश्यति
अभक्ष्य भक्षणात् पूतो भवति
अपेय पानात् पूतो भवति
अगम्य गमनात् पूतो भवति
व्रात्य संभाषणात् पूतो भवति
असत् संभाषणात् पूतो भवति
मध्यान्हे सुर्याभिमुखः पठेत्
सद्यः पन्च महापापात् प्रमुच्यते
सैषा सावित्री विद्यां न किंचित् अपि कस्मै चित् प्रशन्सयेत
य एतां महाभागः प्रातः पठति स भाग्यवान् जायते
पशुं विन्दति
वेदार्थं लभते
त्रिकालं जप्त्वा क्रतु शत फलं प्राप्नोति
यो हस्त आदित्ये जपति स महामृत्युं तरति स महामृत्युं तरति
य एवं वेद ।
इति उपनिषद ।

✠ ✠ ✠

श्रीदेव्यथर्वशीर्षम्

ॐ भद्रं कर्णेभि शृणुयाम देवाः।
भद्रं पश्येम् अक्षभिर्यजत्राः॥
स्थिरै रंगै स्तुष्टुवां सहस्तनुभिः।
व्यशेम देवहितं यदायुः।१
ॐ स्वस्ति न इन्द्रो वृद्धश्रवाः।
स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः।
स्वस्ति नः ताक्ष्यो अरिष्ट नेमिः॥
स्वस्ति नो बृहस्पतिः दधातु ।२

ॐ शांतिः शांतिः शांतिः

ॐ सर्वे वै देवा देवीमुपतस्थुः कासि त्वं महादेवीति ॥१

साब्रवीत् - अहं ब्रह्मस्वरूपिणी। मत्तः प्रकृतिपुरुषात्मकं जगत् ।
शून्यं चाशून्यं च ॥२

अहमानन्दानानन्दौ । अहं विज्ञानाविज्ञाने। अहं ब्रह्माब्रह्मणी वेदितव्ये ।
अहं पञ्चभूतान्यपञ्चभूतानि। अहमखिलं जगत् ।३

वेदोऽहमवेदोऽहम्। विद्याहमविद्याहम् ।
अजाहमनजाहम्। अधश्चोर्ध्वं च तिर्यक्चाहम् ॥४

अहं रुद्रेभिर्वसुभिश्चरामि। अहमादित्यैरुत विश्वदेवैः ।
अहं मित्रावरुणावुभौ बिभर्मि। अहमिन्द्राग्नी अहमश्विनावुभौ ॥५

अहं सोमं त्वष्टारं पूषणं भगं दधामि ।
अहं विष्णुमुरुक्रमं ब्रह्माणमुत प्रजापतिं दधामि ॥६

अहं दधामि द्रविणं हविष्मते सुप्राव्ये यजमानाय सुन्वते ।
अहं राष्ट्री सङ्गमनी वसूनां चिकितुषी प्रथमा यज्ञियानाम् ।
अहं सुवे पितरमस्य मूर्धन्मम योनिरप्स्वन्तः समुद्रे ।
य एवं वेद । स दैवीं सम्पदमाप्नोति ॥७

ते देवा अब्रुवन् - नमो देव्यै महादेव्यै शिवायै सततं नमः ।
नमः प्रकृत्यै भद्रायै नियताः प्रणताः स्म ताम् ॥८

तामग्निवर्णां तपसा ज्वलन्तीं वैरोचनीं कर्मफलेषु जुष्टाम् ।
दुर्गां देवीं शरणं प्रपद्यामहेऽसुरान्नाशयित्र्यै ते नमः ॥९

देवीं वाचमजनयन्त देवास्तां विश्वरूपाः पशवो वदन्ति।
सा नो मन्द्रेषमूर्जं दुहाना धेनुर्वागस्मानुप सुष्टुतैतु ॥१०
कालरात्रीं ब्रह्मस्तुतां वैष्णवीं स्कन्दमातरम् ।
सरस्वतीमदितिं दक्षदुहितरं नमामः पावनां शिवाम् ॥११
महालक्ष्म्यै च विद्महे सर्वशक्त्यै च धीमहि। तन्नो देवी प्रचोदयात् ।१२

अदितिर्ह्यजनिष्ट दक्ष या दुहिता तव ।
तां देवा अन्वजायन्त भद्रा अमृतबन्धवः ॥१३

कामो योनिः कमला वज्रपाणिर्गुहा हसा मातरिश्वाभ्रमिन्द्रः ।
पुनर्गुहा सकला मायया च पुरूच्यैषा विश्वमातादिविद्योम् ॥१४

एषाऽऽत्मशक्तिः। एषा विश्वमोहिनी। पाशाङ्कुशधनुर्बाणधरा ।
एषा श्रीमहाविद्या। य एवं वेद स शोकं तरति ॥१५

नमस्ते अस्तु भगवति मातरस्मान् पाहि सर्वतः ॥१६
सैषाष्टौ वसवः। सैषैकादश रुद्राः। सैषा द्वादशादित्याः । सैषा विश्वेदेवाः
सोमपा असोमपाश्च। सैषा यातुधाना असुरा रक्षांसि पिशाचा यक्षाः

सिद्धाः। सैषा सत्त्वरजस्तमांसि। सैषा ब्रह्मविष्णुरुद्ररूपिणी । सैषा प्रजापतीन्द्रमनवः। सैषा ग्रहनक्षत्रज्योतींषि।कलाकाष्ठादिकालरूपिणी । तामहं प्रणौमि नित्यम् ।

पापापहारिणीं देवीं भुक्तिमुक्तिप्रदायिनीम्।
अनन्तां विजयां शुद्धां शरण्यां शिवदां शिवाम् ।१७

वियदीकारसंयुक्तं वीतिहोत्रसमन्वितम् ।
अर्धेन्दुलसितं देव्या बीजं सर्वार्थसाधकम् ॥१८

एवमेकाक्षरं ब्रह्म यतयः शुद्धचेतसः।
ध्यायन्ति परमानन्दमया ज्ञानाम्बुराशयः॥१९

वाङ्माया ब्रह्मसूस्तस्मात् षष्ठं वक्त्रसमन्वितम्
सूर्योऽवामश्रोत्रबिन्दुसंयुक्तष्टात्तृतीयकः ।
नारायणेन सम्मिश्रो वायुश्चाधरयुक् ततः ।
विच्चे नवार्णकोऽर्णः स्यान्महदानन्ददायकः ॥२०

हृत्पुण्डरीकमध्यस्थां प्रातःसूर्यसमप्रभाम् ।
पाशाङ्कुशधरां सौम्यां वरदाभयहस्तकाम् ।
त्रिनेत्रां रक्तवसनां भक्तकामदुघां भजे ॥२१

नमामि त्वां महादेवीं महाभयविनाशिनीम् ।
महादुर्गप्रशमनीं महाकारुण्यरूपिणीम् ॥२२

यस्याः स्वरूपं ब्रह्मादयो न जानन्ति तस्मादुच्यते अज्ञेया ।
यस्या अन्तो न लभ्यते तस्मादुच्यते अनन्ता ।
यस्या लक्ष्यं नोपलक्ष्यते तस्मादुच्यते अलक्ष्या ।
यस्या जननं नोपलभ्यते तस्मादुच्यते अजा ।
एकैव सर्वत्र वर्तते तस्मादुच्यते एका ।
एकैव विश्वरूपिणी तस्मादुच्यते नैका। अत एवोच्यते
अज्ञेयानन्तालक्ष्याजैका नैकेति ॥२३

मन्त्राणां मातृका देवी शब्दानां ज्ञानरूपिणी।
ज्ञानानां चिन्मयातीता शून्यानां शून्यसाक्षिणी ।

यस्याः परतरं नास्ति सैषा दुर्गा प्रकीर्तिता ॥२४

तां दुर्गां दुर्गमां देवीं दुराचारविघातिनीम् ।
नमामि भवभीतोऽहं संसारार्णवतारिणीम् ॥२५

इदमथर्वशीर्षं योऽधीते स पञ्चाथर्वशीर्षजपफलमाप्नोति। इदमथर्वशीर्षमज्ञात्वा योऽर्चां स्थापयति - शतलक्षं प्रजप्त्वापि सोऽर्चासिद्धिं न विन्दति। शतमष्टोत्तरं चास्य पुरश्चर्याविधिः स्मृतः । दशवारं पठेद् यस्तु सद्यः पापैः प्रमुच्यते । महादुर्गाणि तरति महादेव्याः प्रसादतः ॥२६

सायमधीयानो दिवसकृतं पापं नाशयति। प्रातरधीयानो रात्रिकृतं पापं नाशयति। सायं प्रातः प्रयुञ्जानो अपापो भवति । निशीथे तुरीयसन्ध्यायां जप्त्वा वाक्सिद्धिर्भवति । नूतनायां प्रतिमायां जप्त्वा देवतासांनिध्यं भवति। प्राणप्रतिष्ठायां जप्त्वा प्राणानां प्रतिष्ठा भवति । भौमाश्विन्यां महादेवीसंनिधौ जप्त्वा महामृत्युं तरति । स महामृत्युं तरति य एवं वेद । इत्युपनिषत् ।

श्रीदेव्यथर्वशीर्षम् सम्पूर्णम् ।

✠ ✠ ✠

शिवअथर्वशीर्षः

श्री गणेशाय नमः।

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवा
भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः ।
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टुवांसस्तनूभि-
र्व्यशेम देवहितं यदायुः ॥१

स्वस्ति न इन्द्रो वककद्धश्रवाः
स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः ।
स्वस्ति नस्ताक्ष्यो अरिष्टनेमिः
स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ॥

ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

ॐ देवा ह वै स्वर्गं लोकमायंस्ते रुद्रमपृच्छन्को
भवानिति । सोऽब्रवीदहमेकः प्रथममासं वर्तामि च
भविश्यामि च नान्यः कश्चिन्मत्तो व्यतिरिक्त इति ।
सोऽन्तरादन्तरं प्राविशत् दिशश्चान्तरं प्राविशत्
सोऽहं नित्यानित्योऽहं व्यक्ताव्यक्तो ब्रह्माब्रह्माहं प्राञ्चः
प्रत्यञ्चोऽहं दक्षिणाञ्च उदञ्चोहं
अधश्चोर्ध्वं चाहं दिशश्च प्रतिदिशश्चाहं

पुमानपुमान् स्त्रियश्चाहं गायत्र्यहं सावित्र्यहं
त्रिष्टुब्जगत्यनुष्टुप् चाहं छन्दोऽहं गार्हपत्यो
दक्षिणाग्निराहवनीयोऽहं सत्योऽहं गौरहं
गौर्यहमृगहं यजुरहं सामाहमथर्वाङ्गिरसोऽहं
ज्येष्ठोऽहं श्रेष्ठोऽहं वरिष्ठोऽहमापोऽहं तेजोऽहं
गुह्योहंअरण्योऽहमक्षरमहं क्षरमहं पुष्करमहं
पवित्रमहमुग्रं च मध्यं च बहिश्च
पुरस्ताज्ज्योतिरित्यहमेव सर्वेभ्यो मामेव स सर्वः समां यो
मां वेद स सर्वान्देवान्वेद सर्वांश्च वेदान्साङ्गानपि
ब्रह्म ब्राह्मणैश्च गां गोभिर्ब्राह्माणान्ब्राह्मणेन
हविर्हविषा आयुरायुषा सत्येन सत्यं धर्मेण धर्मं
तर्पयामि स्वेन तेजसा ।
ततो ह वै ते देवा रुद्रमपृच्छन् ते देवा रुद्रमपश्यन् ।
ते देवा रुद्रमध्यायन् ततो देवा ऊर्ध्वबाहवो रुद्रं स्तुवन्ति ॥ १

ॐ यो वै रुद्रः स भगवान्यश्च ब्रह्मा तस्मै वै नमोनमः ॥ १
यो वै रुद्रः स भगवान् यश्च विष्णुस्तस्मै वै नमोनमः ॥ २
यो वै रुद्रः स भगवान्यश्च स्कन्दस्तस्मै वै नमोनमः ॥ ३
यो वै रुद्रः स भगवान्यश्चेन्द्रस्तस्मै वै नमोनमः ॥ ४
यो वै रुद्रः स भगवान्यश्चाग्निस्तस्मै वै नमोनमः ॥ ५
यो वै रुद्रः स भगवान्यश्च वायुस्तस्मै वै नमोनमः ॥ ६
यो वै रुद्रः स भगवान्यश्च सूर्यस्तस्मै वै नमोनमः ॥ ७
यो वै रुद्रः स भगवान्यश्च सोमस्तस्मै वै नमोनमः ॥ ८
यो वै रुद्रः स भगवान्ये चाष्टौ ग्रहास्तस्मै वै नमोनमः ॥ ९
यो वै रुद्रः स भगवान्ये चाष्टौ प्रतिग्रहास्तस्मै वै नमोनमः ॥ १०
यो वै रुद्रः स भगवान्यच्च भूस्तस्मै वै नमोनमः ॥ ११
यो वै रुद्रः स भगवान्यच्च भुवस्तस्मै वै नमोनमः ॥ १२
यो वै रुद्रः स भगवान्यच्च स्वस्तस्मै वै नमोनमः ॥ १३
यो वै रुद्रः स भगवान्यच्च महस्तस्मै वै नमोनमः ॥ १४

यो वै रुद्रः स भगवान्या च पृथिवी तस्मै वै नमोनमः ॥ १५
यो वै रुद्रः स भगवान्यच्चान्तरिक्षं तस्मै वै नमोनमः ॥ १६
यो वै रुद्रः स भगवान्या च द्यौस्तस्मै वै नमोनमः ॥ १७
यो वै रुद्रः स भगवान्याश्चापस्तस्मै वै नमोनमः ॥ १८
यो वै रुद्रः स भगवान्यच्च तेजस्तस्मै वै नमोनमः ॥ १९
यो वै रुद्रः स भगवान्यश्च कालस्तस्मै वै नमोनमः ॥ २०
यो वै रुद्रः स भगवान्यश्च यमस्तस्मै वै नमोनमः ॥ २१
यो वै रुद्रः स भगवान्यश्च मृत्युस्तस्मै वै नमोनमः ॥ २२
यो वै रुद्रः स भगवान्यच्चामृतं तस्मै वै नमोनमः ॥ २३
यो वै रुद्रः स भगवान्यच्चाकाशं तस्मै वै नमोनमः ॥ २४
यो वै रुद्रः स भगवान्यच्च विश्वं तस्मै वै नमोनमः ॥ २५
यो वै रुद्रः स भगवान्याच्च स्थूलं तस्मै वै नमोनमः ॥ २६
यो वै रुद्रः स भगवान्यच्च सूक्ष्मं तस्मै वै नमोनमः ॥ २७
यो वै रुद्रः स भगवान्यच्च शुक्लं तस्मै नमोनमः ॥ २८
यो वै रुद्रः स भगवान्यच्च कृष्णं तस्मै वै नमोनमः ॥ २९
यो वै रुद्रः स भगवान्यच्च कृत्स्नं तस्मै वै नमोनमः ॥ ३०
यो वै रुद्रः स भगवान्यच्च सत्यं तस्मै वै नमोनमः ॥ ३१
यो वै रुद्रः स भगवान्यच्च सर्वं तस्मै वै नमोनमः ॥ ३२॥

भूस्ते आदिर्मध्यं भुवः स्वस्ते शीर्षं विश्वरूपोऽसि ब्रह्मैकस्त्वं द्विधा
त्रिधा वृद्धिस्तं शान्तिस्त्वं पुष्टिस्त्वं हुतमहुतं दत्तमदत्तं
सर्वमसर्वं विश्वमविश्वं कृतमकृतं परमपरं परायणं च त्वम् ।
अपाम सोममममृता अभूमागन्म ज्योतिरविदाम देवान् ।
किं नूनमस्मान्कृणवदरातिः किमु धूर्तिरमृतं मार्त्यस्य ।
सोमसूर्यपुरस्तात् सूक्ष्मः पुरुषः ।
सर्वं जगद्धितं वा एतदक्षरं प्राजापत्यं सूक्ष्मं
सौम्यं पुरुषं ग्राह्यमग्राह्येण भावं भावेन सौम्यं
सौम्येन सूक्ष्मं सूक्ष्मेण वायव्यं वायव्येन ग्रसति स्वेन
तेजसा तस्मादुपसंहर्त्रे महाग्रासाय वै नमो नमः ।

हृदिस्था देवताः सर्वा हृदि प्राणाः प्रतिष्ठिताः ।
हृदि त्वमसि यो नित्यं तिस्रो मात्राः परस्तु सः ।
तस्योत्तरतः शिरो दक्षिणतः पादौ य उत्तरतः स ओङ्कारः य ओङ्कारः स प्रणवः यः प्रणवः स सर्वव्यापी यः सर्वव्यापी सोऽनन्तः योऽनन्तस्तत्तारं यत्तारं तत्सूक्ष्मं तच्छुक्लं यच्छुक्लं तद्वैद्युतं यद्वैद्युतं तत्परं ब्रह्म यत्परं ब्रह्म स एकः य एकः स रुद्रः य रुद्रः यो रुद्रः स ईशानः य ईशानः स भगवान् महेश्वरः ॥ ३

अथ कस्मादुच्यत ओङ्कारो यस्मादुच्चार्यमाण एव प्राणानूर्ध्वमुत्क्रामयति तस्मादुच्यते ओङ्कारः ।
अथ कस्मादुच्यते प्रणवः यस्मादुच्चार्यमाण एव ऋग्यजुःसामाथर्वाङ्गिरसं ब्रह्म ब्राह्मणेभ्यः प्रणामयति नामयति च तस्मादुच्यते प्रणवः ।
अथ कस्मादुच्यते सर्वव्यापी यस्मादुच्चार्यमाण एव सर्वांलोकान्व्याप्नोति स्नेहो यथा पललपिण्डमिव शान्तरूपमोतप्रोतमनुप्राप्तो व्यतिषक्तश्च तस्मादुच्यते सर्वव्यापी ।
अथ कस्मादुच्यतेऽनन्तो यस्मादुच्चार्यमाण एव तिर्यगूर्ध्वमधस्ताच्चास्यान्तो नोपलभ्यते तस्मादुच्यतेऽनन्तः ।
अथ कस्मादुच्यते तारं यस्मादुच्चारमाण एव गर्भजन्मव्याधिजरामरणसंसारमहाभयात्तारयति त्रायते च तस्मादुच्यते तारम् ।
अथ कस्मादुच्यते शुक्लं यस्मादुच्चार्यमाण एव क्लन्दते क्लामयति च तस्मादुच्यते शुक्लम् ।
अथ कस्मादुच्यते सूक्ष्मं यस्मादुच्चार्यमाण एव सूक्ष्मो भूत्वा शरीराण्यधितिष्ठति सर्वाणि चाङ्गान्यभिमृशति तस्मादुच्यते सूक्ष्मम् ।
अथ कस्मादुच्यते वैद्युतं यस्मादुच्चार्यमाण एव व्यक्ते महति तमसि द्योतयति तस्मादुच्यते वैद्युतम् ।
अथ कस्मादुच्यते परं ब्रह्म यस्मात्परमपरं परायणं च

बृहद्बृहत्या बृंहयति तस्मादुच्यते परं ब्रह्म ।
अथ कस्मादुच्यते एकः यः सर्वान्प्राणान्संभक्ष्य
संभक्षणेनाजः संसृजति विसृजति तीर्थमेके व्रजन्ति
तीर्थमेके दक्षिणाः प्रत्यञ्च उदञ्चः
प्राञ्चोऽभिव्रजन्त्येके तेषां सर्वेषामिह सद्गतिः ।
साकं स एको भूतश्चरति प्रजानां तस्मादुच्यत एकः ।
अथ कस्मादुच्यते रुद्रः यस्मादृषिभिर्नान्यैर्भक्तैर्द्रुतमस्य
रूपमुपलभ्यते तस्मादुच्यते रुद्रः ।
अथ कस्मादुच्यते ईशानः यः सर्वान्देवानीशते
ईशानीभिर्जननीभिश्च परमशक्तिभिः ।
अमित्वा शूर णो नुमो दुग्धा इव धेनवः । ईशानमस्य जगतः
स्वर्दृशमीशानमिन्द्र तस्थिष इति तस्मादुच्यते ईशानः ।
अथ कस्मादुच्यते भगवान्महेश्वरः यस्माद्भक्ता ज्ञानेन
भजन्त्यनुगृह्णाति च वाचं संसृजति विसृजति च
सर्वान्भावान्परित्यज्यात्मज्ञानेन योगेश्वैर्येण महति महीयते
तस्मादुच्यते भगवान्महेश्वरः । तदेतद्रुद्रचरितम् ॥ ४

एको ह देवः प्रदिशो नु सर्वाः पूर्वो ह जातः स उ गर्भे अन्तः ।
स एव जातः जनिष्यमाणः प्रत्यङ्जनास्तिष्ठति सर्वतोमुखः ।
एको रुद्रो न द्वितीयाय तस्मै य इमांल्लोकानीशत ईशनीभिः ।
प्रत्यङ्जनास्तिष्ठति संचुकोचान्तकाले संसृज्य विश्वा
भुवनानि गोप्ता ।
यो योनिं योनिमधितिष्ठतित्येको येनेदं सर्वं विचरति सर्वम् ।
तमीशानं पुरुषं देवमीड्यं निचाय्येमां शान्तिमत्यन्तमेति ।
क्षमां हित्वा हेतुजालास्य मूलं बुद्ध्या सञ्चितं स्थापयित्वा तु रुद्रे ।
रुद्रमेकत्वमाहुः शाश्वतं वै पुराणमिषमूर्जेण
पशवोऽनुनामयन्तं मृत्युपाशान् ।
तदेतेनात्मन्नेतेनार्धचतुर्थेन मात्रेण शान्तिं संसृजन्ति
पशुपाशविमोक्षणम् ।

या सा प्रथमा मात्रा ब्रह्मदेवत्या रक्ता वर्णेन यस्तां
ध्यायते नित्यं स गच्छेत्ब्रह्मपदम् ।
या सा द्वितीया मात्रा विष्णुदेवत्या कृष्णा वर्णेन
यस्तां ध्यायते नित्यं स गच्छेद्वैष्णवं पदम् । या सा
तृतीया मात्रा ईशानदेवत्या कपिला वर्णेन यस्तां
ध्यायते नित्यं स गच्छेदैशानं पदम् ।
या सार्धचतुर्थी मात्रा सर्वदेवत्याऽव्यक्तीभूता खं
विचरति शुद्धा स्फटिकसन्निभा वर्णेन यस्तां ध्यायते
नित्यं स गच्छेत्पदमनामयम् ।
तदेतदुपासीत मुनयो वाग्वदन्ति न तस्य ग्रहणमयं पन्था
विहित उत्तरेण येन देवा यान्ति येन पितरो येन ऋषयः
परमपरं परायणं चेति ।
वालाग्रमात्रं हृदयस्य मध्ये विश्वं देवं जातरूपं वरेण्यम् ।
तमात्मस्थं येनु पश्यन्ति धीरास्तेषां शान्तिर्भवति नेतरेषाम् ।
यस्मिन्क्रोधं यां च तृष्णां क्षमां चाक्षमां हित्वा
हेतुजालस्य मूलम् ।
बुद्ध्या संचितं स्थापयित्वा तु रुद्रे रुद्रमेकत्वमाहुः ।
रुद्रो हि शाश्वतेन वै पुराणेनेषमूर्जेण तपसा नियन्ता ।
अग्निरिति भस्म वायुरिति भस्म जलमिति भस्म स्थलमिति भस्म
व्योमेति भस्म सर्वंह वा इदं भस्म मन एतानि
चक्षूंषि यस्माद्व्रतमिदं पाशुपतं यद्भस्म नाङ्गानि
संस्पृशेत्तस्माद्ब्रह्म तदेतत्पाशुपतं पशुपाश विमोक्षणाय ॥ ५

योऽग्नौ रुद्रो योऽप्स्वन्तर्य ओषधीर्वीरुध आविवेश । य इमा
विश्वा भुवनानि चक्लृपे तस्मै रुद्राय नमोऽस्त्वग्नये ।
यो रुद्रोऽग्नौ यो रुद्रोऽप्स्वन्तर्यो ओषधीर्वीरुध आविवेश ।
यो रुद्र इमा विश्वा भुवनानि चक्लृपे तस्मै रुद्राय नमोनमः ।
यो रुद्रोऽप्सु यो रुद्र ओषधीषु यो रुद्रो वनस्पतिषु । येन
रुद्रेण जगदूर्ध्वंधारितं पृथिवी द्विधा त्रिधा धर्ता

धारिता नागा येऽन्तरिक्षे तस्मै रुद्राय वै नमोनमः ।
मूर्धानमस्य संसेव्याप्यथर्वा हृदयं च यत् ।
मस्तिष्कादूर्ध्वं प्रेरयत्यवमानोऽधिशीर्षतः ।
तद्वा अथर्वणः शिरो देवकोशः समुज्झितः ।
तत्प्राणोऽभिरक्षति शिरोऽन्तमथो मनः ।
न च दिवो देवजनेन गुप्ता न चान्तरिक्षाणि न च भूम इमाः ।
यस्मिन्निदं सर्वमोतप्रोतं तस्मादन्यन्न परं किञ्चनास्ति ।
न तस्मात्पूर्वं न परं तदस्ति न भूतं नोत भव्यं यदासीत् ।
सहस्रपादेकमूर्ध्ना व्याप्तं स एवेदमावरीवर्ति भूतम् ।
अक्षरात्संजायते कालः कालाद्व्यापक उच्यते ।
व्यापको हि भगवान्रुद्रो भोगायमनो यदा शेते रुद्रस्तदा संहार्यते प्रजाः ।
उच्छ्वासिते तमो भवति तमस आपोऽप्स्वङ्गुल्या मथिते मथितं शिशिरे शिशिरं मथ्यमानं फेनं भवति फेनादण्डं भवत्यण्डाद्ब्रह्मा भवति ब्रह्मणो वायुः वायोरोङ्कारः ॐकारात्सावित्री सावित्र्या गायत्री गायत्र्या लोका भवन्ति ।
अर्चयन्ति तपः सत्यं मधु क्षरन्ति यद्भुवम् ।
एतद्धि परमं तपः ।
आपोऽज्योती रसोऽमृतं ब्रह्म भूर्भुवः स्वरो नम इति ॥ ६

फलश्रुतिः

य इदमथर्वशिरो ब्राह्मणोऽधीते अश्रोत्रियः श्रोत्रियो भवति अनुपनीत उपनीतो भवति सोऽग्निपूतो भवति स वायुपूतो भवति स सूर्यपूतो भवति स सर्वैर्देवैर्ज्ञातो भवति स सर्वैर्वेदैरनुध्यातो भवति स सर्वेषु तीर्थेषु स्नातो भवति तेन सर्वैः क्रतुभिरिष्टं भवति गायत्र्याः षष्टिसहस्राणि जप्तानि भवन्ति इतिहासपुराणानां रुद्राणां शतसहस्राणि जप्तानि भवन्ति ।

प्रणवानामयुतं जप्तं भवति । स चक्षुषः पङ्क्तिं पुनाति ।
आ सप्तमात्पुरुषयुगान्पुनातीत्याह भगवानथर्वशिरः
सकृज्जप्त्वैव शुचिः स पूतः कर्मण्यो भवति ।
द्वितीयं जप्त्वा गणाधिपत्यमवाप्नोति ।
तृतीयं जप्त्वैवमेवानुप्रविशत्यों सत्यमों सत्यमों सत्यम् ॥ ७

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवा
भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः ।
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टुवांसस्तनूभि-
र्व्यशेम देवहितं यदायुः ॥
ॐ शान्तिः ॐ शान्तिः ॐ शान्तिः

नारायण अथर्वशीर्षम् ।

श्री गणेशाय नमः ।

ॐ अथ पुरुषो ह वै नारायणोऽकामयत प्रजाः सृजेयेती । नारायणात्प्राणो जायते मनः सर्वेन्द्रियाणि च । खं वायुर्ज्योतिरापः पृथिवी विश्वस्य धारिणी । नारायणाद् ब्रह्मा जायते । नारायणाद्रुद्रो जायते । नारायणादिन्द्रो जायते । नारायणात्प्रजापतिः प्रजायते नारायणाद् द्वादशादित्या रुद्रा वसवः सर्वाणि छन्दांसि नारायणादेव समुत्पद्यन्ते । नारायणात्प्रवर्तन्ते । नारायणे प्रलीयन्ते । एतदृग्वेदशिरोऽधीते ॥१

अथ नित्यो नारायणः । ब्रह्मा नारायणः । शिवश्च नारायणः । शक्रश्च नारायणः । कालश्च नारायणः । दिशश्च नारायणः । विदिशश्च नारायणः । ऊर्ध्वं च नारायणः । अधश्च नारायणः। अन्तर्बहिश्च नारायणः । नारायण एवेदं सर्वं यद्भूतं यच्च भव्यम् । निष्कलङ्को निरञ्जनो निर्विकल्पो निराख्यातः शुद्धो देव एको नारायणो न द्वितीयोऽस्ति कश्चित्। य एवं वेद स विष्णुरेव भवति स विष्णुरेव भवति । एतद्यजुर्वेदशिरोऽधीते ॥२

ओमित्यग्रे व्याहरेत् । नम इति पश्चात् । नारायणायेत्युपरिष्टात्। ओमित्येकाक्षरम्। नम इति द्वे अक्षरे । नारायणायेति पञ्चाक्षराणि । एतद्वै नारायण स्याष्टाक्षरं पदम् । यो ह वै नारायणस्याष्टाक्षरं पदमध्येति । अनपब्रुवः सर्वमायुरेति । विन्दते प्राजापत्यं रायस्पोषं गौपत्यं ततोऽमृतत्वमश्नुते ततोऽमृतत्वमश्नुत इति । एतत्सामवेदशिरोऽधीते ॥३

प्रत्यगानन्दं ब्रह्मपुरुषं प्रणवस्वरूपम्। अकार उकारो मकार इति। ता अनेकधा समभवत्तदेतदोमिति । यमुक्त्वा मुच्यते योगी जन्मसंसारबन्धनात् । ॐ नमो नारायणायेति मन्त्रोपासको वैकुण्ठभुवनं गमिष्यति तदिदं पुण्डरीकं विज्ञानघनं तस्मात्तडिदाभमात्रम्। ब्रह्मण्यो देवकीपुत्रो ब्रह्मण्यो मधुसूदनः । ब्रह्मण्यः पुण्डरीकाक्षो ब्रह्मण्यो विष्णुरच्युत इति । सर्वभूतस्थमेकं वै नारायणं कारणपुरुषमकारणं परं ब्रह्मम् । एतदथर्वशिरोऽधीते॥ ४

प्रातरधीयानो रात्रिकृतं पापं नाशयति । सायमधीयानो दिवसकृतं पापं नाशयति । तत्सायं प्रातरधीयानः पापोऽपापो भवति। मध्यन्दिनमादित्याभिमुखोऽधीयानः पञ्चमहापातकोपपातकात्प्रमुच्यते। सर्ववेदपारायणपुण्यं लभते। नारायणसायुज्यमवाप्नोति श्रीमन्नारायण सायुज्यमवाप्नोति य एवं वेद ॥५

इत्युपनिषत् ।

अथ श्रीगुह्येश्वरी शतनामस्तोत्रम्

श्रीगणेशाय नमः । श्रीगुह्येश्वर्यै नमः । ॐ भैरवाय नमः ।
ॐ कालि कालि महाकालि कालिके पापहारिणी ।
धर्ममोक्षप्रदे देवि गुह्यकालि नमोऽस्तुते ॥१

गुह्यकाली महाकाली गुह्यश्री गुह्यभैरवी ।
योगेश्वरी महामाया महायोगेश्वरी शिवा ॥२

गुह्येश्वरी सिद्धिकाली योगिनी सिद्धयोगिनी ।
सिद्धिगुह्यमहाकाली सिद्धियोगेश्वरेश्वरी ॥३

चिचिन्दगुह्यकाली च ज्वालासिद्धिकरालिका ।
सिद्धेश्वरी सिद्धिलक्ष्मीर्भद्रकाली कपालिनी ॥४

ज्वालाकरालवदना गुह्यकन्याकुमारिका ।
सिद्धिगुह्यमहालक्ष्मीदेवराजकुलेश्वरी ॥५

राजराजेश्वरी चैव महामङ्गलयोगिनी ।
योगमाया योगकन्या महाविद्येश्वरेश्वरी ॥६

महाघोरा कालरात्री कालसंकर्षिणी युधा ।
राजेश्वरी राजलक्ष्मीर्राजभद्रेश्वरेश्वरी ॥७

कालीगुह्योचरोगुह्य महाज्ञानप्रदायिनी ।
रुद्रचण्डा महाचण्डा कालचण्डा कुलेश्वरी ॥८

श्रीमहागुह्यकाली च जगन्माता जगन्मयी ।
महाकाली गुह्यकाली सर्वमङ्गलमङ्गला ॥९

महोगगुह्यकाली च गुह्यभैरवयोगिनी ।
महाकौलगुह्यकाली महाकौलेश्वरेश्वरी ॥१०

कुलाकुलमहातत्त्वा नृपतृप्ता निराश्रया ।
ब्रह्मविद्या जगद्धात्री वशिष्ठाश्रमयोगिनी ॥११

गुह्यवामिमहादेवी कुलमार्तण्डयोगिनी
श्रीशक्तिगुह्यकाली च महाभैरववाहिनी ॥१२

विंशतगुह्यकाली च साम्नाक्षी गुह्यकालिका ।
वेदान्ता वेदविद्या च सर्वलोकैकसाक्षिणी ॥१३

श्मशानभैरवी काली महाघोराप्रपूजिता ।
ज्वाला च कालिका चैव महासंहारकालिका ॥१४

स्थितिचण्डामहाकाली सृष्टिप्रियकरीणि या ।
परयोगी परंगुह्य गुह्यकाली निकीर्तिताम् ॥१५

विनिवृत्याक्रिया यो वै नाम्ना स्तोत्रं शतं शुभम् ।
इति गुह्यतरं दिव्यं सर्वाम्नायप्रगोपितम् ॥१६

सारात्सारतरं भद्रे देवतन्त्रेषु कीर्तितम् ।
सकृत् जप्त्वा गुह्यकाल्या चतुर्वर्गफलंलभेत् ॥१७

यदक्षरपदभ्रष्टं मात्राहीनं च यद्भवेत् ।
तत्सर्वं क्षम्यतां देवि प्रसीद परमेश्वरी ॥१८

॥ श्रीगुह्यकाली शतनामस्तोत्रं सम्पूर्णम् ॥

विष्णुषट्पदी

अविनयमपनय विष्णो दमय मनः शमय विषयमृगतृष्णां ।
भूतदयां विस्तारय तारय संसारसागरतः ॥ १

दिव्यधुनीमकरन्दे परिमलपरिभोगसच्चिदानन्दे ।
श्रीपतिपदारविन्दे भवभयखेदच्छिदे वन्दे ॥ २

सत्यपि भेदापगमे नाथ तवाहं न मामकीनस्त्वं ।
सामुद्रो हि तरङ्गः क्वचन समुद्रो न तारङ्गः ॥ ३

उद्धृतनग नगभिदनुज दनुजकुलामित्र मित्रशशिदृष्टे ।
दृष्टे भवति प्रभवति न भवति किं भवतिरस्कारः ॥ ४

मत्स्यादिभिरवतारैरवतारवताऽवता सदा वसुधां ।
परमेश्वर परिपाल्यो भवता भवतापभीतोऽहं ॥ ५

दामोदर गुणमन्दिर सुन्दरवदनारविन्द गोविन्द ।
भवजलधिमथनमन्दर परमं दरमपनय त्वं मे ॥ ६

नारायण करुणामय शरणं करवाणि तावकौ चरणौ ।
इति षट्पदी मदीये वदनसरोजे सदा वसतु ॥ ७

॥ इति श्रीमद् शङ्कराचार्यविरचितं विष्णुषट्पदीस्तोत्रं संपूर्णम् ॥

अच्युताष्टकम्

अच्युतं केशवं रामनारायणं कृष्णदामोदरं वासुदेवं हरिम् ।
श्रीधरं माधवं गोपिकावल्लभं जानकीनायकं रामचंद्रं भजे ॥१

अच्युतं केशवं सत्यभामाधवं माधवं श्रीधरं राधिकाराधितम् ।
इन्दिरामन्दिरं चेतसा सुन्दरं देवकीनन्दनं नन्दजं सन्दधे ॥२
विष्णवे जिष्णवे शाङ्खिने चक्रिणे रुक्मिणिरागिणे जानकीजानये ।
बल्लवीवल्लभायार्चितायात्मने कंसविध्वंसिने वंशिने ते नमः ॥३

कृष्ण गोविन्द हे राम नारायण श्रीपते वासुदेवाजित श्रीनिधे ।
अच्युतानन्त हे माधवाधोक्षज द्वारकानायक द्रौपदीरक्षक ॥४

राक्षसक्षोभितः सीतया शोभितो दण्डकारण्यभूपुण्यताकारणः ।
लक्ष्मणेनान्वितो वानरौः सेवितोऽगस्तसम्पूजितो राघव पातु माम् ॥५

धेनुकारिष्टकानिष्टकृद्द्वेषिहा केशिहा कंसहृद्वंशिकावादकः ।
पूतनाकोपकःसूरजाखेलनो बालगोपालकः पातु मां सर्वदा ॥६

विद्युदुद्योतवत्प्रस्फुरद्वाससं प्रावृडम्भोदवत्प्रोल्लसद्विग्रहम् ।
वन्यया मालया शोभितोरःस्थलं लोहिताङ्घ्रिद्वयं वारिजाक्षं भजे ॥७

कुञ्चितैः कुन्तलैर्भ्राजमानाननं रत्नमौलिं लसत्कुण्डलं गण्डयोः ।
हारकेयूरकं कङ्कणप्रोज्ज्वलं किङ्किणीमञ्जुलं श्यामलं तं भजे ॥८
अच्युतस्याष्टकं यः पठेदिष्टदं प्रेमतः प्रत्यहं पूरुषः सस्पृहम् ।
वृत्ततः सुन्दरं कर्तृविश्वम्भरस्तस्य वश्यो हरिर्जायते सत्वरम् ॥९

श्री शङ्कराचार्य कृतं अच्युताष्टकम् ।

श्रीरुद्राष्टकम्

नमामीशमीशान निर्वाणरूपं विभुं व्यापकं ब्रह्मवेदस्वरूपम् ।
निजं निर्गुणं निर्विकल्पं निरीहं चिदाकाशमाकाशवासं भजेऽहम् ॥ १

निराकारमोंकारमूलं तुरीयं गिरा ज्ञान गोतीतमीशं गिरीशम् ।
करालं महाकाल कालं कृपालं गुणागार संसारपारं नतोऽहम् ॥ २

तुषाराद्रि संकाश गौरं गभीरं मनोभूत कोटिप्रभा श्री शरीरम् ।
स्फुरन्मौलि कल्लोलिनी चारु गङ्गा लसद्भालबालेन्दु कण्ठे भुजङ्गा ॥ ३

चलत्कुण्डलं भ्रु सुनेत्रं विशालं प्रसन्नाननं नीलकण्ठं दयालम् ।
मृगाधीशचर्माम्बरं मुण्डमालं प्रियं शंकरं सर्वनाथं भजामि ॥ ४

प्रचण्डं प्रकृष्टं प्रगल्भं परेशं अखण्डं अजं भानुकोटिप्रकाशम् ।
त्रयः शूल निर्मूलनं शूलपाणिं भजेऽहं भवानीपतिं भावगम्यम् ॥ ५

कलातीत कल्याण कल्पान्तकारी सदा सज्जनानन्ददाता पुरारी ।
चिदानन्द संदोह मोहापहारी प्रसीद प्रसीद प्रभो मन्मथारी ॥ ६

न यावत् उमानाथ पादारविन्दं भजन्तीह लोके परे वा नराणाम् ।
न तावत् सुखं शान्ति सन्तापनाशं प्रसीद प्रभो सर्वभूताधिवासम् ॥ ७

न जानामि योगं जपं नैव पूजां नतोऽहं सदा सर्वदा शम्भु तुभ्यम् ।
जरा जन्म दुःखौघ तातप्यमानं प्रभो पाहि आपन्नमामीश शम्भो ॥ ८

रुद्राष्टकमिदं प्रोक्तं विप्रेण हरतोषये ।
ये पठन्ति नरा भक्त्या तेषां शम्भुः प्रसीदति ॥९

॥ इति श्रीगोस्वामितुलसीदासकृतं श्रीरुद्राष्टकं संपूर्णम् ॥

अथ शिवताण्डवस्तोत्रम्

श्रीगणेशाय नमः ॥

जटाटवीगलज्जलप्रवाहपावितस्थले
गलेऽवलम्ब्य लम्बितां भुजङ्गतुङ्गमालिकाम् ।
डमड्डमड्डमड्डमन्निनादवड्डमर्वयं
चकार चण्डताण्डवं तनोतु नः शिवः शिवम् ॥१

जटाकटाहसम्भ्रमभ्रमन्निलिम्पनिर्झरी
विलोलवीचिवल्लरीविराजमानमूर्धनि ।
धगद्धगद्धगज्ज्वलल्ललाटपट्टपावके
किशोरचन्द्रशेखरे रतिः प्रतिक्षणं मम ॥२

धराधरेन्द्रनंदिनीविलासबन्धुबन्धुर
स्फुरद्दिगन्तसन्ततिप्रमोदमानमानसे ।
कृपाकटाक्षधोरणीनिरुद्धदुर्धरापदि
क्वचिद्दिगम्बरे(क्वचिच्चिदम्बरे) मनो विनोदमेतु वस्तुनि ॥३

जटाभुजङ्गपिङ्गलस्फुरत्फणामणिप्रभा
कदम्बकुङ्कुमद्रवप्रलिप्तदिग्वधूमुखे ।
मदान्धसिन्धुरस्फुरत्त्वगुत्तरीयमेदुरे
मनो विनोदमद्भुतं बिभर्तु भूतभर्तरि ॥४

सहस्रलोचनप्रभृत्यशेषलेखशेखर
प्रसूनधूलिधोरणी विधूसराङ्घ्रिपीठभूः ।
भुजङ्गराजमालया निबद्धजाटजूटक
श्रियै चिराय जायतां चकोरबन्धुशेखरः ॥५

ललाटचत्वरज्वलद्धनञ्जयस्फुलिङ्गभा
निपीतपञ्चसायकं नमन्निलिम्पनायकम् ।
सुधामयूखलेखया विराजमानशेखरं
महाकपालिसम्पदेशिरोजटालमस्तु नः ॥६

करालभालपट्टिकाधगद्धगद्धगज्ज्वल
द्धनञ्जयाहुतीकृतप्रचण्डपञ्चसायके ।
धराधरेन्द्रनन्दिनीकुचाग्रचित्रपत्रक
प्रकल्पनैकशिल्पिनि त्रिलोचने रतिर्मम ॥७

नवीनमेघमण्डली निरुद्धदुर्धरस्फुरत्
कुहूनिशीथिनीतमः प्रबन्धबद्धकन्धरः ।
निलिम्पनिर्झरीधरस्तनोतु कृत्तिसिन्धुरः
कलानिधानबन्धुरः श्रियं जगद्धुरंधरः ॥८

प्रफुल्लनीलपङ्कजप्रपञ्चकालिमप्रभा
वलम्बिकण्ठकन्दलीरुचिप्रबद्धकन्धरम् ।
स्मरच्छिदं पुरच्छिदं भवच्छिदं मखच्छिदं
गजच्छिदांधकच्छिदं तमन्तकच्छिदं भजे ॥९

अगर्व सर्वमङ्गलाकलाकदम्बमञ्जरी
रसप्रवाहमाधुरी विजृम्भणामधुव्रतम् ।
स्मरान्तकं पुरान्तकं भवान्तकं मखान्तकं
गजान्तकान्धकान्तकं तमन्तकान्तकं भजे ॥१०

जयत्वदभ्रविभ्रमभ्रमद्भुजङ्गमश्वस
द्विनिर्गमत्क्रमस्फुरत्करालभालहव्यवाट् ।

धिमिद्धिमिद्धिमिध्वनन्मृदङ्गतुङ्गमङ्गल
ध्वनिक्रमप्रवर्तित प्रचण्डताण्डवः शिवः ॥११

दृषद्विचित्रतल्पयोर्भुजङ्गमौक्तिकस्रजो
गरिष्ठरत्नलोष्ठयोः सुहृद्विपक्षपक्षयोः ।
तृणारविन्दचक्षुषोः प्रजामहीमहेन्द्रयोः
समं प्रव्रितिकः कदा सदाशिवं भजाम्यहम ॥१२

कदा निलिम्पनिर्झरीनिकुञ्जकोटरे वसन्
विमुक्तदुर्मतिः सदा शिरः स्थमञ्जलिं वहन् ।
विमुक्तलोललोचनो ललामभाललग्नकः
शिवेति मंत्रमुच्चरन् कदा सुखी भवाम्यहम् ॥१३

निलिम्प नाथनागरी कदम्ब मौलमल्लिका-
निगुम्फनिर्भक्षरन्म धूष्णिकामनोहरः ।
तनोतु नो मनोमुदं विनोदिनींमहनिशं
परिश्रय परं पदं तदङ्गजत्विषां चयः ॥१४

प्रचण्ड वाडवानल प्रभाशुभप्रचारणी
महाष्टसिद्धिकामिनी जनावहूत जल्पना ।
विमुक्त वाम लोचनो विवाहकालिकध्वनिः
शिवेति मन्त्रभूषगो जगज्जयाय जायताम् ॥१५

इमं हि नित्यमेवमुक्तमुत्तमोत्तमं स्तवं
पठन्स्मरन्ब्रुवन्नरो विशुद्धिमेतिसंततम् ।
हरे गुरौ सुभक्तिमाशु याति नान्यथा गतिं
विमोहनं हि देहिनां सुशङ्करस्य चिंतनम् ॥१६॥

पूजावसानसमये दशवक्त्र गीतं यः शम्भुपूजनपरं पठति प्रदोषे ।
तस्य स्थिरां रथगजेन्द्रतुरङ्गयुक्तां लक्ष्मीं सदैव सुमुखिं प्रददाति शम्भुः ॥१७

इति श्रीरावण कृतं शिव ताण्डवस्तोत्रं सम्पूर्णम् ।

विष्णुपञ्जरं

पुष्कर उवच ।

त्रिपुरञ्जघ्नुषः पूर्वं ब्रह्मणा विष्णुपञ्जरं ।
शङ्करस्य द्विजश्रेष्ठ रक्षणाय निरूपितं ॥ १

वागीशेन च शक्रस्य बलं हन्तुं प्रयास्यतः ।
तस्य स्वरूपं वक्ष्यामि तत्त्वं शृणु जयादिमत् ॥ २

विष्णुः प्राच्यां स्थितश्चक्री हरिर्दक्षिनणतो गदी ।
प्रतीच्यां शार्ङ्गधृग्विष्णुर्जिष्णुः खड्गी ममोत्तरे ॥ ३

हृषीकेशो विकोणेषु तच्छिद्रेषु जनार्दनः ।
क्रोड़रूपी हरिर्भूमौ नरसिंहो ऽम्बरे मम ॥ ४

क्षुरान्तममलञ्चक्रं भ्रमत्येतत् सुदर्शनं ।
अस्यांशुमाला दुष्प्रेक्ष्या हन्तुं प्रेतनिशाचरान् ॥ ५

गदा चेयं सहस्राच्चिर्ःप्रदीप्तपावकोज्ज्वला ।
रक्षोभूतपिशाचानां डाकिनीनाञ्च नाशनी ॥ ६

शार्ङ्गविस्फूर्ज्जितञ्चैव वासुदेवस्य मद्रिपून् ।
तिर्य्यङ्मनुष्यकुष्माण्डप्रेतादीन् हन्त्वशेषतः ॥ ७

खड्गधारोज्ज्वलज्योत्स्नानिर्द्धूता ये समाहिताः ।
ते यान्तु शाम्यतां सद्यो गरुड़ेनेव पन्नगाः ॥ ८

ये कुष्माण्डास्था यक्षा ये दैत्या ये निशाचराः ।
प्रेता विनायकाः क्रूरा मनुष्या जम्भगाः खगाः ॥ ९

सिंहादयश्च पशवो दन्दशूकाश्च पन्नगाः ।
सर्वे भवन्तु ते सौम्याः कृष्णशङ्खरवाहताः ॥ १०

चित्तवृत्तिहरा ये मे ये जनाः स्मृतिहारकाः ।
बलौजसाञ्च हर्त्तारश्छायाविभ्रंशकाश्च ये ॥ ११

ये चोपभोगहर्त्तारो ये च लक्षणनाशकाः ।
कुष्माण्डास्ते प्रणश्यन्तु विष्णुचक्ररवाहताः ॥ १२

बुद्धिस्वास्थ्यं मनःस्वास्थ्यं स्वास्थ्यमैन्द्रियकं तथा ।
ममास्तु देवदेवस्य वासुदेवस्य कीर्त्तनात् ॥ १३

पृष्ठे पुरस्तान्मम दक्षिणोत्तरे विकोणतश्चास्तु जनार्दनो हरिः ।
तमीड्यमीशानमनन्तमच्युतं जनार्दनं प्रणिपतितो न सीदति ॥ १४

यथा परं ब्रह्म हरिस्तथा परः जगत्स्वरूपश्च स एव केशवः ।
सत्येन तेनाच्युतनामकीर्त्तनात् प्रणाशयेत्तु त्रिविधं ममाशुभं ॥ १५

इत्याग्नेये महापुराणे विष्णुपञ्जरं नामोनसप्तत्यधिकद्विशततमो ऽध्यायः
।

भागवतप्रकरण

श्रीमद्भागवतमा दोस्रो दिनबाट नाम मात्रले मण्डपपूजा गर्नका लागि संक्षिप्त पूजा राखिएको छ :

हरेक दिनको छोटो मण्डपपूजा

अद्येह पूर्वोच्चारित सङ्कल्पसिद्धिरस्तु.. गोत्रात्पन्न नाम्नोऽहं मम पूर्वदिनादारभ्य मातृपितृपत्नी कुलोद्भवाः एकविंशत्य पितृणां एतत् गत्याः सन्ति तत्तद गत्यः मुक्त्यर्थे एवञ्च कैवल्यमुक्ति कामनयाः एतद्तिरिक्या तामस, राजस, सात्विका ज्ञाताज्ञात प्रेतपितृगणाः कैवल्यगति प्राप्तये च लक्ष्मीनारायण प्रसादात् दहराकाशे अविच्छिन्न भगवत्भक्ति प्राप्तिपूर्वक मनसिनिरतिसयानन्द प्राप्तये प्रथम दिवसीय ....श्रीमद्भागवतमहापुराण सप्ताहविधिना पाठपारायण, कथाश्रवण एवञ्च वेदरुद्रि जपहवन कर्मणञ्च वयं करिष्यामहें/अहं करिष्ये ।

- ☐ दीप कलश गणेश पूजा,
- ☐ ब्रह्मा विष्णु महेश पूजा,
- ☐ चारवेद पूजा,

➢ **नवग्रह ईशान** :

ॐ साङ्गेभ्यः सपरिवारेभ्यः सयोगिनीभ्यः सवाहनेभ्यः सायुधेभ्यः सपार्श्वदेभ्यः अधिप्रत्यधिदेव सहितेभ्यो नवग्रहेभ्यो नमः ।

➢ **नैऋत्यकोणे :**

ॐ साङ्गाय, सायुधाय, सपार्श्वदाय, सपरिवाराय, सवाहनाय, वास्तोस्पतये नमः ।

बीचमण्डपको बाहिरी भागमा रहेका लिङ्ग, दिक्पाल र तोरणको पूजाः

१ पीतपताकायुक्त पूर्वद्वारे :

➢ **तोरणे**:

- सुदृढतोरणय नमः ।
- **तोरणपार्श्वयो**: राहवे नमः । गुरवे नमः ।

➢ **द्वारबीचमा**

ॐ साङ्गाय शचीसहिताय सायुधाय ऐरावत दिग्गजसहिताय इन्द्राय नमः ।

➢ **द्वार र द्वारको माथितल** :

- ॐ द्वारश्रियै नमः ।
- द्वारको उपरिभागमा ॐ उर्ध्व देहल्यै नमः ।
- द्वारको अधभागमा ॐ अधो देहल्यै नमः ।

➢ **द्वारका दायाँवायाँ रहेका स्तम्भ(लिङ्ग)माः**

ॐ जयाय नमः ॐ विजयाय नमः ।

➢ **दायाँवायाँ रहेका कलशमाः**

ॐ गङ्गायै नमः ॐ यमुनायै नमः ।

➢ **तोरणमाथिः**

ॐ इन्द्रधातृभगेभ्यो नमः ।

२ रक्तपतासहितको आग्नेयद्वारबीच कलशमाः

ॐ पुण्डरीक दिग्गजसहिताय, साङ्गाय, सवानाय सायुधाय सस्वाहाशक्तिकाय अग्नये नमः ।

३. कृष्णपताका दक्षिणद्वारे

- ॐ सुभद्रतोरणय नमः ।

➢ **तोरणपार्श्वमाः**

- ॐ सूर्याङ्गारकाभ्यां नमः ।

➢ **द्वारको बीच कलशमा :**

ॐ साङ्गाय,सायुधाय, इलासहिताय वामन दिग्गजसहिताय यमाय नमः ।

द्वार र द्वारको माथितल :

- ॐ द्वारश्रियै नमः ।
- द्वारको उपरिभागमा ॐ उर्ध्व देहल्यै नमः ।
- द्वारको अधभागमा ॐ अधो देहल्यै नमः ।

➢ **द्वारका दायाँवायाँ रहेका स्तम्भ(लिङ्ग)माः**

- ॐ पुण्यशीलाय नमः ॐ सुशीलाय नमः ।

➢ **द्वारका दायाँवायाँ रहेका कलशमाः**

- ॐ गोदावरीकृष्णापुषमित्रवरुणेभ्यो नमः

४ नीलपताकायुक्त नैऋत्यद्वारे :

ॐ कुमुददिग्गजसहिताय, साङ्गाय सकालिकाशक्तिकाय निऋतये नमः

५. श्वेतपताकायुक्त पश्चिमद्वारे :

➢ **तोरणे**ः

- ॐ सुकर्मतोरणय नमः ।

➢ **तोरणपार्श्वयोः**

- ॐ शुक्राय नमः । बुधाय नमः ।

➢ **द्वारबीचमा**

ॐ अञ्जनदिग्गजसतिाय साङ्गाय पद्मिनीशक्तिकाय सायुधाय वरुणाय नमः ।

➢ **द्वार र द्वारको माथितल** :

- ॐ द्वारश्रियै नमः ।

➢ **द्वारको उपरिभागमा :**

- ॐ उर्ध्व देहल्यै नमः ।

➢ **द्वारको अधभागमा** :

- ॐ अधो देहल्यै नमः ।

➢ **द्वारका दायाँवायाँ रहेका स्तम्भ(लिङ्ग)माः**

ॐ नन्दाय नमः । सुनन्दाय नमः ।

➢ **दायाँवायाँ रहेका कलशमाः**

ॐ रेवाताप्तीअर्यमाविवश्वदंशूभ्यो नमः ।

६. धूमपताकासहित वायव्यद्वारे :

ॐ पुष्पदन्तदिग्गजसहिताय साङ्गाय मोहिनीशक्तिकाय सायुधाय वायवे नमः ।

७. नीलपताकायुक्त उत्तरद्वारे :

➢ **तोरणमा** :

- ॐ सुहोत्रतोरणाय नमः ।

➢ **तोरणपार्श्वयोः**

- ॐ सोमकेतूभ्यां नमः ।

➢ **द्वारको बीच कलशमाः ।**

- ॐ सार्वभौमदिग्गजसहिताय साङ्गाय चित्रिणीशक्तिकाय

सायुधाय सोमाय नमः ।

- **द्वारमा** :
- ॐ द्वारश्रियै नमः ।

- **द्वारको माथितलः**
- ॐ उर्ध्व देहल्यै नमः ॐ अधो देहल्यै नमः ।
- **स्तम्भ (लिङ्ग)मा**:
- ॐ चण्डाय नमः । ॐ प्रचण्डाय नमः ।
- **द्वारकलशमा** :
- ॐ वाणीवेणीत्वष्टृसविताविष्णुभ्यो नमः ।

८. श्वेतपताकासहित ईशानद्वारे :

ॐ सुप्रतिक दिग्गजसहिताय, साङ्गाय सायुधाय गौरीशक्तिकाय ईशानाय नमः ।

९. रक्तपताका नैऋत्य र वरुण(पश्चिमबिचको कलशमा)

ॐ सवाहनाय साङ्गाय सायुधाय लक्ष्मीशक्तिकाय अनन्ताय नमः ।

१०. रक्तपताका पूर्वईशानका बीचको कलशमा)

ॐ सवाहनाय साङ्गाय सायुधाय सावित्रीशक्तिकाय ब्रह्मणे नमः ।

मण्डमा रहेका १६ लिङ्गहरूको पूजा आग्नेयबाट क्रमशः

बीच मण्डपका लिङ्गहरूमा :

१.**आग्नेयमा** : वसुधायै नमः । २. **नैऋत्यमा** : भद्रायै नमः ।

३. **वायव्यमा** : अदित्यै नमः ४. **ईशानमा** : नन्दायै नमः ।

बाहिर ईशानबाट १२ लिङ्गमा क्रमशः

१.भूत्यै नमः । २.सरस्वत्यै नमः । ३. पूर्वसन्ध्यायै नमः ।
४.मध्यमसन्ध्यायै नमः । ५. पश्चिमसन्ध्यायै नमः ।
६.गायत्र्यै नमः ७. सावित्र्यै नमः
८ वृहस्पत्यै नमः ९. अदित्यै नमः,
१०.विनतायै नमः, ११.पूर्णिमायै नमः
१२. सिनीवाल्यै नमः,

➢ **वाँसमा**

- किन्नरायै नमः ।

➢ **पृष्ठमा**

- पन्नगेभ्यो नमः ।

➢ **शाखाबन्धनहरूमा**

- सर्वदेवेभ्यो नम ।

➢ **हनुमानपूजा**
नैऋत्यमा ध्वजासहित राख्ने ।

➢ **पाञ्चायन पूजाः**

- गणेशपूजा ।
- सूर्यपूजा ।
- देवीपूजा ।
- शिवपूजा ।
- गरुडध्वजा पूजा आब्रह्मणले, पुराण अनुसार फरक हुन्छ ।

➢ **लक्ष्मीनारायण पूजा** (कर्ता परिवार भेला भएर)
धुप, बत्ती, नैवेद्य पछि

➢ **पितृ उद्धार भागवतमा लक्ष्मीनारायण पूजा प्रार्थना :**

हे कृष्ण ! हे दयासिन्धो ! करुणाकर ! केशव !
अद्य पुण्यप्रभावेण गृहे भागवतं कृतम् ॥१

अस्मद्वंशे मृता ये च मातृ वंशे तथैव च ।
मातरः पितरश्चैव गच्छन्तु परमं पदम् । । २
पत्नी वंशे मृता ये वै स्त्रियश्च पुरुषाश्च ते ।
गुरुश्वसूर बन्धनां ये चान्ये बान्धवाः मृताः ॥३

पितृवंशे मृता ये च ये मृता पिथिवी तले ।
मुक्तिं प्राप्य सदा यान्तु परमं पदमव्ययम् ॥४

ज्ञाताज्ञातादयः सर्वे बान्धवा मम वंशजाः ।
अनेक योनीमापन्ना सर्वेमुक्ता भवन्तु ते ॥५

प्रेतयोनिङ्गताः ये च अनेक योनिमागताः ।
तेऽपि मोक्षमवाप्नोयुः भगवन् ! कृपया तव ॥६

स्वउद्धारका लागि :
संसार सागरे मग्नं दीनं मां करुणानिधे ।
कर्ममोहगृहीताङ्गं मामुद्धर भवार्णवात् ॥७

➢ **पुस्तकपूजाः**

भागवत ग्रन्थ पूजा प्रार्थनाः

- श्रीमद्भागवताख्योऽयं प्रत्यक्षः कृष्ण एव हि ।
  स्वीकृतोऽसि मयानाथ मुक्त्यर्थं भव सागरे ॥१
- मनोरथो मदीयोऽयं सफलः सर्वथा त्वया
  निर्विघ्नेनैव कर्तव्यो दासोऽहं तव केशव ॥२

पितृ उद्धारको लागि :

- पित्रुद्धारस्य कामाय कृते भागवतेऽधुना ।
  सफलं कुरु देवेश ! भगवन् ! भक्तवत्सलः ॥३

➢ व्यासगुरुपूजाः

वक्ता प्रार्थनाः

- शुकरूप प्रबोधज्ञ सर्वशास्त्रविशारद ।
  एतत्कथाप्रकाशेन मदज्ञानं विनाशय ॥
- व्यासाय विष्णुरूपाय व्यासरूपाय विष्णवे ।
  नमो वै ब्रह्म विलये वाशिष्ठाय नमोनमः ॥

➢ कुलपूजा :

कुलायिनी घृतवती पुरन्धिः स्योने सीद सदने पृथिव्याः । अभि त्वा रुद्रा वसवो गृणन्त्विमा ब्रह्म पीपिहि सौभगायश्विनाध्वर्यु सादयतामिह त्वा ।

प्रार्थनाः

➢ पितृ उद्धार भागवतमा पितृपूजाः

ॐ देवताभ्यः पितृभ्यश्च महायोगिभ्य एव च ।
नमः स्वाहायै स्वधायै नित्यमेव नमो नमः ॥३

ॐ पितृगणाय विद्महे जगत धारिणी धीमहि तन्नो पितृो प्रचोदयात् ।

➢ पितृको प्रार्थनाः

बहूनि मे व्यतीतानि जन्मानि कृष्णमायया ।
पूर्वजानुग्रहेणैव ज कृते भागवतेऽधुना ॥१

पित्रुद्धारस्य कामाय जाता भागवती कथा ।
पितृप्रेतादयो ये मे वंशजा मुक्तिभागिनः ॥२

पितृमातृ तथा पत्नी वंशे वै मुक्ति कामिनः ।
ते सर्वेऽत्र समागम्य श्रुत्वा गच्छत तत्पदम् ॥३

➢ सातआँखे वाँस वा घडामा पूजा :

अपसव्य भई पूजा गर्ने :

ॐ अक्रंकर्मः कर्मकृतः सद्वाचा मयोभुवा ।
देवेभ्यः कर्म कृत्वारतं प्रेतं सचाभुवः ॥
पूजापछि धुपबत्ती गरी नैवेद्य चढाएपछि

प्रार्थना

अस्मद्वंशे मृता ये च ये मृता पिथिवी तले ।
प्रेतयोनिं गता ये वै गच्छन्तु पदमव्ययम् ॥१

ये मे कुले लुप्तपिण्डाः पुत्रदारविवर्जिताः ।
संस्काररहिता ये च क्रियालोपगताश्च ये ॥२

अपुत्रिणो मृता ये च ज्वालाग्निभिर्मृता तथा ।
महाप्रेत गता ये च तृषार्ता परिपीडिताः ॥३

असङ्ख्याता महाप्रेता शाखान्यग्रोधसंस्थिताः ।
सर्पव्याग्र हता ये च विद्युत्पातादिभिस्तथा ॥४

सप्त गोत्रे मृता ये च प्रेतभाव समागताः ।
नरकेषु समस्तेषु महाकष्टेन पीडिताः ॥ ५

युद्धे, याने मृता ये च ये मृता पाशबन्धनात् ।
वार्यग्निवायुपृथ्व्यादिदोषेण मृत्युमागताः ॥६

प्रेतयोनिङ्गताः ये च अनेक योनिमागताः ।

प्रेतलोके च ये जाता कुल धर्मविवर्जिताः ॥७

क्रियालोपगताश्चैव ज्ञाताज्ञात कुले मम ।
विरूपा आमगर्भाश्च प्रेतत्व मुक्तिकाङक्षिणः॥८

ये के चित् तामसाः प्रेताः सात्विका राजसा तथा ।
दिविभूम्यन्तरिक्षस्थाः जात्यन्धाःपङ्गवस्तथा ॥९

क्षुधातृषादिसंयुक्ताः पीण्डदानविवर्जिताः ।
आगच्छन्तु च ते सर्वे वंशे(घटे) तिष्ठन्तु प्रेतजाः ॥१०

धुन्धुकारी यथा मुक्तस्तथा सर्वेऽपि वायवः ।
मुक्ताः भवन्तु सद्यो वै श्रीमद्भागवश्रवात् ॥११

सव्य भएर हातगोडा धोई भागवत श्रवण स्थलमा अएर

- **ब्राह्मण वरण गर्ने ।**
- **आरती पुष्पाञ्जली गर्ने ।**

विशेष स्तुति प्रकरण :

मङ्गल कामना :

- काले वर्षतु पर्जन्य र्पथिवी शस्यशालिनी ।
  देशोऽयं क्षोभरहितः ब्राह्मणाः सन्तु निर्भयाः ॥
- अचतुर्वदनो ब्रह्मा द्विबाहुरपरो हरिः ।
  अभाललोचनः शम्भु भगवान् वादरायणः ।

राधाकृष्ण :

कान्ति सिताऽमृशति निन्दितशारदेन्दु र्यत्रैकतो विलसितामसिताङ्गशोभाम् ।
वृन्दावनेऽपिकृतयामुनगाङ्गसङ्गं राधामुकुन्दयुगलं तदहं नमामि ॥

कृष्ण :

- ध्येयं सदा परिभवग्नमभिष्ट दोहं तीर्थास्पदं शिवविरञ्ची नुतं शरण्यम् ।
  भृत्यार्थीहं प्रणतपाल भवाब्धिपोतं वन्दे महापुरुषते चरणरविन्दम् ।
- स्वस्त्यस्तु विश्वस्य खलः प्रसीदतां ध्यायन्तु भूतानि शिवं मिथो धिया
  मनश्च भद्रं भजता दधोक्षजः आवेश्यतां नो मतिरप्य हैतुकी ।
- अहो बकीयं स्तनकालकूटं जिघांसयापाययदप्यसाध्वी
  लेभे गतिं धात्र्युचितां ततोऽन्यं कं वा दयालुं शरणं व्रजेम ॥
- कस्तुरीतिलकं ललाटपटले वक्षःस्थले कौस्तुभं
  नासाग्रे वरमौक्तिकं करतले वेणुःकरे कङ्कणम् ।
  सर्वाङ्गे हरिचन्दनं सुललितं कण्ठे च मुक्तावली
  गोपस्त्रीपरिवेष्टितो विजयते गोपालचुडामणिः ॥

- अस्ति स्वस्तरुणीकराग्रविगलत्कल्पप्रसुनाप्लुतम्
  वस्तु प्रस्तुतवेणुनादलहरीनिर्वाणनिर्व्याकुलम् ।
  स्रस्तस्रस्तनिबद्धनीविविलसद्गोपीसहस्रावृतं
  हस्तन्यस्तनतापवर्गमखिलोदारं किशोराकृति ॥

- वन्दे श्रीकृष्णदेवं मुरनरकभिदं वेदवेदान्तवेद्यं
  लोके भक्तिप्रसिद्धं यदुकुलजलधौ प्रादुरासीदपारे ।
  यस्यासीद् रूपमेवं त्रिभुवनतरणे भक्तिवद्य स्वतन्त्रं
  शास्त्रं रूपं च लोके प्रकटयति मुदा यः स नो भूतिहेतुः ॥

- बर्हापीडं नटवरवपुःकर्णयोर्कर्णिकारं
  विभ्रदवासःकनककपिसं वैजयन्तिं च मालांम् ।
  रन्ध्रान्वेणोरधरसुधया पुरयन् गोपवृन्दै
  र्वृन्दारण्यं स्वपदरमणं प्राविशद् गीतकीर्तिः ॥

- त्यक्त्वा सुदुस्त्यजसुरेप्सित राज्यलक्ष्मी
  धर्मिष्ठ आर्यवचसाय जगादरण्यं
  मायामृगं दयितयेप्सितमन्यधावद्
  वन्दे महापुरुषते चरणारविन्दम् ॥

- प्रपन्न पारिजाताय तोत्त्रवेत्रैकपाणये ।
  ज्ञानमुद्राय कृष्णाय गीतामृतदुहे नम ॥

वासुदेव :

- नमः परमकल्याण नमः परम मङ्गल
  वासुदेवाय शान्ताय यदुनां पतये नमः॥

- जयति जयति देवो देवकी नन्दनोऽयं
  जयति जयति कृष्णे वृष्णिवंश प्रदीपः
  जयति जयति मेघश्यामलः कोमलाङ्गो
  जयति जयति पृथ्वी भारनाशोमुकुन्दः ॥

सर्वमेव :

त्वमेव माता च पिता त्वमेव, त्वमेव बन्धुश्च सखा त्वमेव ।
त्वमेव विद्या द्रविणंत्वमेव,त्वमेव सर्वं मम देवदेव ॥

वादरायण :

अचतुर्वदनो ब्रह्मा द्विबाहुरपरो हरिः।
अभाल लोचन शम्भुः भगवान् वादरायण ।

भागवती गाथा :

श्रीधरंश्रीधरंवन्दे श्रीधरेयं परायणम् ।
यस्यैव श्री प्रसादेन श्रीधरेयं कृतिः कृता ।
राधा भक्ति र्हरिभक्तिताभ्यां या च समन्विता ।
तां श्रीभागवतीं गाथां वन्दे युगलरुपिणीम् ॥

सत्य :

व्रतेन दीक्षामाप्नोति दीक्षयाप्नोति दक्षिणाम् ।
दक्षिणा श्रद्धामाप्नोति श्रद्धया सत्यमाप्यते ॥

व्यास :

व्यासाय विष्णुरूपाय व्यासरूपाय विष्णवे
नमो वै ब्रह्म विलये वाशिष्ठाय नमोनमः ॥

गोविन्द :

नमः ये पुरुषं त्वाऽद्यमीश्वरं प्रकृतेः परम् ।
अलक्षं सर्वभूतानांअन्तर्बहिरवस्थितम् ॥
कृष्णाय वासुदेवाय देवकीनन्दनाय च ।
नन्दगोपकुमाराय गोविन्दाय नमो नमः ॥

अनन्त :

- नमःते देवदेवेश नमःते गरुडध्वजः ।
  नमस्तेकमलाकान्त अनन्ताय नमोनमः ॥
- नमोस्त्वनन्ताय सहस्रमूर्तये सहस्रपादा क्षिशिरोरुवाहवे ॥
  सहस्रनाम्ने पुरुषाय शाश्वते सहस्रकोटी युगधारणे नमः ॥

अनन्त संसारमहासमुद्रे मग्न समभ्युद्धर वासुदेव ।
अनन्तरूपे विनियोजयस्व अनन्तसूत्राय नमो नमस्ते ॥

माधव :

मूकंकरोति वाचालं पङ्गुंलङ्गयते गिरिम् ।
यत्कृपात महंवन्दे परमानन्दमाधवम् ॥
अज्ञान तिमिरान्धस्य ज्ञानेनानेन माधवः ।
प्रसादसुमुखो भुत्वा ज्ञानदृष्टिप्रदो भवः ॥

व्यास :

- यः स्वानुभावमखिलश्रुतिसारमेक
  मध्यात्मदीपमतितितिर्षतां तमोऽन्धम् ।
  संसारिणां करुणयाऽह पुराणगुह्यं
  तं व्याससूनुमुपयामि गुरुं मुनीनाम् ।
- नमोऽस्तुते व्यास विशालबुद्धे फुल्लारविन्दायतपत्र नेत्र ।
  येन त्वया भारततैलपूर्ण प्रज्वालितो ज्ञानमयः प्रदीप ॥
- अचतुर्वदनो ब्रह्मा द्विबाहुरपरो हरिः ।
  अभाललोचनः शम्भु भगवान् वादरायणः ।

शुक :

स्वसुखनिभृतचेतास्तद्व्युदस्तान्यभावो
प्यजितरुचिरलीलाकृष्टसारस्तदीयम् ।
व्यतनुत कृपया यस्तत्वदीपं पुराण
मखिलवृजिनघ्नं व्याससूनुं नतोऽस्मि ॥

ब्रह्म :

- यस्माज्जातं जगत्सर्वं यस्मिन्नेव विलीयते ।
  यनेदंधार्यते विश्वं तस्मै ज्ञानात्मने नमः ॥
- यो ब्रह्माणं विदधाति पूर्वं यो वै वेदांश्च प्रहिणोतितस्मै ।
  तंहदेवं आत्मबुद्धि प्रकाशं मुमुक्षुर्वै शरणमहं प्रपद्ये ॥

ब्रह्मस्तोत्रम् :

जितं ते पुण्डारीकाक्ष पूर्णषड्-पुण्यविग्रह ।
परमानन्द परंब्रह्मा नमस्ते चतुरात्मने ॥

कूर्मस्तोत्र :

नयस्मात् संजायते कृत्स्नं यत्र चैव प्रलीयते ।
नमस्तस्मै महेशाय विष्णवे कूर्मरुपिणे ॥[१३]

हनुमान :

- अतुलितबलधामं हेमशैलाभदेहं
  दनुजवनकृशानुं ज्ञानिनामग्रगण्यम् ।
  सकलगुणनिधानं वानराणामधीशं
  रघुपतिप्रियभक्तं वातजातं नमामि ॥
- मनोजवं मारुततुल्यवेगमं जितेन्द्रियं बुद्धिमतां वरिष्ठम् ।
  वातात्मजं वानरयूथमुख्यं श्रीरामदूतं शरणं प्रपद्ये ॥

इन्द्रस्तुति :

ऐरावतसमारुढो वज्रहस्ते महाबलः ।
शतयज्ञाभिधो देवस्तस्मादिन्द्रया ते नमः ।

गुरु :

- ॐ गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णुः गुरुर्देवो महेश्वरः ।
  गुरुः साक्षात् परब्रह्म तस्मै श्री गुरुवे नम : ॥

- ब्रह्मस्थान सरोजमध्यविलसच्छीतांशु पीठस्थितं ।
  स्फूर्जत्सूर्यरुचिं वराभयकरं कर्पूरकुन्दोज्ज्वलम् ॥

---

[१३] कू. पु. २।४४।१४८

श्वेतस्रग्वसनानुलेपनयुतं विद्युद्रुचाकान्तया ।
संश्लिष्टार्धतनुं प्रसन्नवदनं वन्दे गुरुं सादरम् ॥

- ध्यान मूलं गुरो मूर्तिः पूजामूलं गूरो पदम् ।
  मन्त्र मूलं गुरो वाक्यं मोक्षमूलं गुरोः कृपा ॥
- नमामि सद्‌गुरुं शान्तं प्रत्यक्षं शिवरुपिणम् ।
  गिरसायज्ञ पीठस्थ तस्मै श्री गुरवे नमः ॥

सर्वरूप हरिवन्दना :

- यं शैवाः समुपासते शिव इति ब्रह्मेति वेदान्तिनो
  बौद्धा बुद्ध इति प्रमाणपटवः कर्तेति नैयायिकाः
  अर्हन्नित्यथ जैनशासनरताः कर्मेति मीमांसकाः
  सोऽयं लो विदधातु वांछितफलं त्रैलोक्यनाथो हरिः ।

यशोदा :

- क्षौम वासः पृथुकटि तटे बिभ्रती सूत्रनद्धं
  पुत्रस्नेहस्नुतकुचयुगं जातकं तं च सुभ्रूः ।
  रज्वाकर्षश्रमभुजचलत्कङ्कणौ कुण्डले च
  स्विन्नं वक्त्रंकबर विगलन्मालती निर्ममन्थ ॥

एकश्लोकी भागवत :

आदौ देवकिदेवगर्भजननं गोपीगृहे वर्धनम्
मायापूतनजीवितापहरण गोवर्धनोद्धारणम् ।
कंस खंडनकौरवादिहनन कुन्तीसुतां पालनम्
एतद्‌भागवतं पुराणकथितं श्रीकृष्णलीलामृतम् ॥

एकश्लोकी रामायण :

आदौ राम तपोवनादि गमनं, हत्वा मृगं कांचनम् ।
वैदीहीहरणं जटायुमरणं सुग्रीवसंभाषणम् ॥
बालीनिर्दलनं समुद्रतरणं, लंकापुरीदाहनम् । पश्चाद् रावण
कुम्भकर्ण हननम् एतद्धि रामायणम् ॥

एकश्लोकी महाभारत

आदौ पाण्डवधार्तराष्ट्रजननं लाक्षागृहे दाहनम्
द्यूते श्रीहरणं वने विहरणं मत्स्यालये वर्तनम् ।
लीलागोग्रहणं रणे विहरणं सन्धिक्रियाजृम्भणं
पश्चाद्भीष्मसुयोधनादिनिधनं ह्येतन्महाभारतम् ॥

ग्रहसँग सम्बन्धित स्तोत्रहरू :

शनी प्रार्थना :

- नमस्ते कोणसंस्थाय पिङ्गलाय नमोऽस्तुते ।
  नमस्ते विभुरूपाय कृष्णाय च नमोऽस्तुते ॥१
- नमस्ते रौद्रदेहाय नमःते चान्तकाय च ।
  नमस्ते यमसंज्ञाय नमःते सौरये विभो ॥२
- नमस्ते मन्दसंज्ञाय शनैश्चर नमोऽस्तुते ।
  प्रसादं कुरु देवेश दीनस्य प्रणतस्य च ॥३

पीपल प्रार्थना :

- अश्वत्थ यस्मिन्त्वयि वृक्षराजे
  नारायणस्तिष्ठति सर्वकाले ।
  अतस्तुतस्त्वं सततं तरुणां
  धन्योऽसि चारिष्टविनाशकोऽसि ॥
- अश्वत्थ हुतभुग्वास गोविन्दस्य गदाप्रिय ।
  अशेषं हर मे पापं वृक्षराज नमोऽस्तुते ॥
  मूले ब्रह्मा त्वचि विष्णुः शाखायां शङ्कर एव च ।
  पत्रे पत्रे सर्व देवानां वासुदेवाय ते नमः ॥

पीपलमा जल चढाउने :

- मूलतो ब्रह्मरूपाय मध्यतो विष्णुरुपिणे ।
  अग्रतः शिवरूपाय अश्वत्थाय नमोनमः ॥

कालसर्प योग भएकाहरूले नियमित पाठ गर्ने :

- अनन्तं वासुकि शेष पद्मनाभं च कम्बलम् ।
  शङ्खपालं धार्तराष्ट्रं तक्षकं कालियं तथा ॥
  एतानि नव नामानि नागानां च महात्मनाम्।
  सायंकाले पठेन्नित्यं प्रातः काले विशेषतः। ।
  तस्य विषभयन्नास्ति सर्वत्र विजयी भवेत् ।

नवग्रहस्तोत्रम्

जपाकुसुमसंकाशं काश्यपेयं महाद्युतिम् ।
तमोऽरिं सर्वपापघ्नं प्रणतोऽस्मि दिवाकरम् ॥ १

दधिशङ्खतुषाराभं क्षीरोदार्णवसंभवम् ।
नमामि शशिनं सोमं शम्भोर्मुकुटभूषणम् ॥ २

धरणीगर्भसंभूतं विद्युत्कान्तिसमप्रभम् ।
कुमारं शक्तिहस्तं तं मङ्गलं प्रणमाम्यहम् ॥ ३

प्रियङ्गुकलिकाश्यामं रूपेणाप्रतिमं बुधम् ।
सौम्यं सौम्यगुणोपेतं तं बुधं प्रणमाम्यहम् ॥ ४

देवानांच ऋषिणांच गुरुंकांचन सन्निभं ।
बुद्धिभूतं त्रिलोकेशं तं नमामि बृहस्पतिं ॥ ५

हिमकुन्दमृणालाभं दैत्यानां परमं गुरुम् ।
सर्वशास्त्रप्रवक्तारं भार्गवं प्रणमाम्यहम् ॥ ६

नीलांजनसमाभासं रविपुत्रं यमाग्रजम् ।
छायामार्तण्डसंभूतं तं नमामि शनैश्चरम् ॥ ७

अर्धकायं महावीर्यं चन्द्रादित्यविमर्दनम् ।
सिंहिकागर्भसंभूतं तं राहुं प्रणमाम्यहम् ॥ ८

पलाशपुष्पसंकाशं तारकाग्रहमस्तकम् ।
रौद्रं रौद्रात्मकं घोरं तं केतुं प्रणमाम्यहम् ॥ ९

इति व्यासमुखोद्गीतं यः पठेत्सुसमाहितः ।
दिवा वा यदि वा रात्रौ विघ्नशान्तिर्भविष्यति ॥ १०

नरनारीनृपाणां च भवेद्दुःस्वप्ननाशनम् ।
ऐश्वर्यमतुलं तेषामारोग्यं पुष्टिवर्धनम् ॥११

ग्रहनक्षत्रजाः पीडास्तस्कराग्निसमुद्भवाः ।
ताः सर्वाः प्रशमं यान्ति व्यासो ब्रुते न संशयः ॥१२

इति श्रीव्यासविरचितं नवग्रहस्तोत्रं सम्पूर्णम् ।

नवग्रहपीडाहरस्तोत्रम्

ग्रहाणामादिरादित्यो लोकरक्षणकारकः ।
विषमस्थानसम्भूतां पीडां हरतु मे रविः ॥१॥

रोहिणीशः सुधामूर्तिः सुधागात्रः सुधाशनः ।
विषमस्थानसम्भूतां पीडां हरतु मे विधुः ॥२॥

भूमिपुत्रो महातेजा जगतां भयकृत् सदा ।
वृष्टिकृद् वृष्टिहर्ता च पीडां हरतु मे कुजः ॥३॥

उत्पातरूपो जगतां चन्द्रपुत्रो महाद्युतिः ।
सूर्यप्रियकरो विद्वान् पीडां हरतु मे बुधः ॥४॥

देवमन्त्री विशालाक्षः सदा लोकहिते रतः ।
अनेकशिष्यसम्पूर्णः पीडां हरतु मे गुरुः ॥५॥

दैत्यमन्त्री गुरुस्तेषां प्राणदश्च महामतिः ।
प्रभुस्ताराग्रहाणां च पीडां हरतु मे भृगुः ॥६॥

सूर्यपुत्रो दीर्घदेहो विशालाक्षः शिवप्रियः ।

मन्दचारः प्रसन्नात्मा पीडां हरतु मे शनिः ॥७॥

महाशिरो महावक्त्रो दीर्घद्रंष्ट्रो महाबलः ।
अतनुश्चोर्ध्वकेशश्च शतशोऽथ सहस्त्रशः ।
उत्पातरूपो जगतां पीडां हरतु मे तमः ॥८॥

इति ब्रह्माण्डपुराणोक्तं नवग्रहपीडाहरस्तोत्रं सम्पूर्णम् ॥

विशेष सन्ध्योपासनाविधिप्रकरण

विशेष सध्योपासनका लागि चाहिने आवश्यक सामग्रीहरूः
जलपात्र, लोटा, तिलक लगाउनलाई चन्दन, जपमाला, लगाउने माला, गोमुखी, आसन, गम्छा, भस्म, अर्घ्य दिने अर्घौतो, थाली, घण्टी, शङ्ख, फूल, चन्दन, कुशको औंठी ।

स्वस्तिवाचनम् ।

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवाः।
भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः।
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टुवाᳪसस्तनूभिः।
व्यशेम देवहितं यदायूः।

ॐ स्वस्ति न इन्द्रो वृद्धश्रवाः।
स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः।
स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो अरिष्टनेमिः।

स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ।
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

प्रातः सन्ध्या

आचमनम् [१४]
ॐ ऋग्वेदाय नमः ॐ यजुर्वेदाय नमः
ॐ सामवेदाय नमः हस्तप्रक्षालनम्(हात धुने
ॐ अथर्ववेदाय नमः ।
अथवा
ॐ अच्युताय नमः ॐ माधवाय नमः ॐ केशवाय नमः
हस्त प्रक्षालनम् ॐ गोविन्दाय नमः ।

पवित्रीकरणम्
ॐ अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थाङ्गतोऽपि वा ।
यः स्मरेत् पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यान्तरः शुचिः ॥
(प्रातःकालमा पूर्वाभिमुखः भई शुद्धासनमा बसेर शिखाबन्धन, पवित्रधारण गरेर भस्मलेपन वा कुनै चन्दन लगाएर सन्ध्योपासन शुरु गर्नुपर्छ ।

आसनपवित्रकरणम्
विनियोगः

[१४] गोकर्णाकृति हस्तेन माषमात्रं जलं पिवेत् ।
ततो न्यूनाधिकं पीत्वा सुरापानी भवेद् द्विवः ॥ देवीभागवत् ।

ॐ पृथ्वीति मन्त्रस्य मेरूपृष्ठऋषिः, सुतलं छन्दः, कूर्मो देवता आसन-पवित्रकरणे विनियोगः ॥

आसनशुद्धि मन्त्रः

ॐ पृथ्वि त्वया धृता लोका देवि त्वं विष्णुना धृता ।
त्वं च धारय मां देवि पवित्रं कुरु चासनम् ॥

शिखाबन्धनम् (शिखा बाँध्ने)

चिद्रूपिणि । महामाये ! दिव्यतेजसमन्विते ।
तिष्ठ देवि । शिखामध्ये तेजोवृद्धिं कुरुष्व मे ॥

मानस्तोके तनये मा नऽआयुषि मा नो गोषु मा नोऽअश्वेषु रीरिषः ।
मा नो वीरान्नुद्र भामिनो बधीर्हविष्मन्तः सदमित्त्वा हवामहे ।

भस्माभिमन्त्रणम्

ॐ अग्निरिति भस्म । ॐ वायुरिति भस्म ।
ॐ जलमिति भस्म । ॐ स्थलमिति भस्म ।
ॐ व्योमेति भस्म । ॐ सर्वं वा इदं भस्म ।
ॐ मन एतानि चक्षूषि भस्मानीति ।

भस्म धारणम्

ॐ त्र्यायुषं जमदग्नेरिति ललाटे ।

ॐ कश्यपस्य त्र्यायुषमिति ग्रीवायाम् ।

ॐ यद्देवेषु त्र्यायुषमिति दक्षिणेशे ।

ॐ तन्नो अस्तु त्र्यायुषमिति हृदये ।

तिलक धारणम्(चन्दन लगाउने । भस्ममाथि चन्दन लगाउनुहुँदैन ।)

चन्दन लगाउने मन्त्रः

चन्दनस्य महत्पुण्यं पवित्रं पापनाशनम् ।
आपदं हरते नित्यं लक्ष्मीस्तिष्ठति सर्वदा ॥

पवित्रधारणम्

ॐ पवित्रे स्थो वैष्णव्यौ सवितुर्वः प्रसवः उत्पुनाम्यच्छिद्रेण पवित्रेण सूर्यस्य रश्मिभिः। तस्य ते पवित्रपते पवित्रपूतस्य यत्कामः पुने तच्छकेयम् ॥

अथ सङ्कल्प :

हरिः ॐ तत्सत् हरिः ॐ तत्सत् हरिः ॐ तत्सत् हरिः ॐ
विष्णुर्विष्णुर्विष्णुः श्रीमद्भगवतो महापुरुषस्थ विष्णोराज्ञया प्रवर्तमानस्यसकलजगत्सृष्टिकारिणो ब्रह्मणो द्वितीयपरार्द्धे श्रीश्वेतवाराहकल्पे वैवस्वतमन्वन्तरेऽष्टाविंशतितमे कलियुगे कलिप्रथमचरणे जम्बूद्वीपे भारतवर्षे भरतखण्डे आर्यावर्तान्तर्गत हिमवद्दक्षिणपार्श्वे हिमवत्खण्डे, केदारखण्डे, मानसखण्डे, श्रीमद्ब्रह्माविष्णुप्रजापतिक्षेत्रे, पाशुपतक्षेत्रे, मुक्तिक्षेत्रे, रुरुक्षेत्रे, वराहक्षेत्रादिपुण्यक्षेत्रसमन्विते, मानसरोवर-इन्द्रसरोवर-रुद्रसरोवर-दामोदरनीलकण्ठ भैरव-नागकुण्डादिपावितस्थले, शैलेश्वरी-पञ्चकुमारी-अष्टकुलनागरक्षिते, सप्तकर्णाली-सप्तगण्डकी-सप्तकौशिकी-वाग्मती-विष्णुमती-अष्टविनायक-अष्टभैरव-रुद्रमती-ब्रह्मपुत्रतृष्ठादिनदनदीनां परमपवित्रजलपाविते देवघट्ट-गजेन्द्रमोक्ष-स्वर्गद्वारी-जनकपुरधाम-वैद्यनाथधाम विराजिते सिद्धनाथ-मत्स्येन्द्रनाथ-गोरखक्षनाथ-वैद्यनाथ-चन्दननाथ-स्वयम्भूनाथादि संरक्षिते गोकर्णेश्वरविराजिते अन्नपूर्ण-गणेश-मत्स्यपुच्छ-गौरीशङ्कर-धवलागिरी-कञ्चनजंघा-सगरमाथादि
हिमशैलविराजिते, शालग्राम वाणलिङ्गप्रतिष्ठिते, गुह्यकाली-दक्षिणकाली-दन्तकाली-भद्रकाली-श्वेतकाली उग्रकाली- रक्तकाली-गोरक्षकाली- मनकामना-त्रिपुरसुन्दरी-वाराही-प्रस्थम्भरा-अन्नपूर्णा-उग्रतारा-सप्तमालिकादिसुपूजिते, नेमुनिना पालिते राष्ट्रदेवपशुपतिनाथसनाथिते नेपालदेशे गोरक्षराष्ट्रे कौलक्षेत्रे, इह पुण्यभूमौ बौद्धावतारे षष्टिसंवत्सराणां मध्ये ......ऋतौ महामाङ्गल्यफलप्रदमासोत्तमे .... मासे योगे करणे राशिस्थिते श्रीसूर्ये

राशिस्थिते देवगुरौ अन्येषु शेषेषु ग्रहेषु ग्रहगुणगणविशेषणविशिष्टायां शुभपुण्यतिथौ अद्येह ....नाम्नि संवत्सरे .... अयने पक्षे तिथौ वासरे राशिस्थिते चन्द्रमसि राशिस्थानस्थितेषु सत्सु एवं गोत्रः .....प्रवरः .....वेदाध्यायी .... नामाहं ममोपात्तदुरितक्षयार्थ (मम कायिक, वाचिक, मानसिक, ज्ञाताः ज्ञात सकलदोष परिहारार्थं श्रुतिस्मृतिपुराणोक्तफलप्राप्त्यर्थ) प्रातः / मध्याह्न / सायं / सन्ध्योपासनं अहं करिष्ये ।

भूत शुद्धि

अपसर्पन्तु ते भूता ये भूता भूमिसंस्थिताः ।
ये भूता विघ्नकर्तारस्ते नश्यन्तु शिवाज्ञया ॥
अपक्रामन्तुभूतानि पिशाचाः सर्वतो दिशम् ।
सर्वेषामविरोधेन सन्ध्याकर्म समारभे ॥

अनेन मन्त्रेण वामपाद पार्शिना त्रिवारं भूमिताड़येत् ।

अभिषेक(मार्जन)

ॐ भूः पुनातु शिरसि । ॐ भुवः पुनातु नेत्रयोस् ।
ॐ स्वः पुनातु कण्ठे । ॐ महः पुनातु हृदये ।
ॐ जनः पुनातु नाभ्याम् । ॐ तपःपुनातु पादयोः । ॐ सत्यं पुनातु पुनः शिरसि । ॐ खं ब्रह्म पुनातु सर्वत्र ।

पुनः आचमनम्

विनियोगः

ॐ ऋतं चेति मधुच्छन्दसोऽघमर्षण ऋषिनुष्टुप् छन्दो भाववृतं दैवतमपामुपस्पर्शने विनियोगः ।

ॐ ऋतं च सत्यञ्चाभीद्धातोः ध्यजायत ततो । रात्र्यजायत । ततः समुद्रो अर्णवः । समुद्रादर्णवादधि संवत्सरो अजायत । अहोरात्राणि विदधद्विश्वस्य मिषतो वशी । सूर्याचन्द्रमसौ धाता यथापूर्वमकल्पयत् ।

दिवं च पृथिवीं चान्तरिक्षमथो स्वः ।ऋ १०।१९०।१ ।

ततो वारिणात्मानं वेष्टयित्वा सप्रणवगायत्र्या रक्षां कुर्यात्
(दायाँ हातको अञ्जुलीमा जल लिए वायाँ हातले छोपी तीनपटक गायत्री जपेर जल अभिमन्त्रित् गरी आफ्नो रक्षाको लागि शिर वरिपरि हातमा रहेको जल धारा दिँदै घुमाउने ।)

विनियोगः

ॐ अन्तश्चरसीति तिरश्चिन ऋषिरनुष्टुप् छन्दः आपो देवता अपामुपस्पर्शने विनियोगः ।

आचमनमन्त्रः

अन्तश्चरसि भूतेषु गुहायां विश्वतोमुखम् ।
त्वं यज्ञस्त्वं वषट्कार आपोज्योतिरसोऽमृतम् ।
(तीनपटक आचमन गर्नु ।)

विनियोगः-

ॐ कारस्य ब्रह्मा ऋषिर्दैवी गायत्रीछन्दोग्निः परमात्मा देवता शुक्लो वर्णः सर्वकर्मारम्भे विनियोगः ।

ॐ सप्तव्याहृतीनां विश्वामित्र-जमदग्नि-भरद्वाज गौतमात्रि-वशिष्ठ-कश्वपा ऋषयो गायत्र्युष्णिगनुष्टुब्बृहती -पंक्ति-त्रिष्टुभजगती–छन्दांस्यग्नि, वायु-आदित्यबृहस्पति-वरुणेन्द्र-विष्णु, विश्वेदेवा देवता अनादिष्टप्रायश्चित्ते प्राणायामे विनियोगः ।
ॐ तत्सवितुरिति विश्वामित्र ऋषिर्गायत्री छन्दः सविता देवताग्निमुखमुपनयने प्राणायामे विनियोगः ।

ॐ आपो ज्योतिरिति शिरसः प्रजापतिऋषिः त्रिपदा गायत्री छन्दो ब्रह्माग्निवायुसूर्या देवताः यजुः प्राणायामे विनियोगः ।

प्राणायाममन्त्रः

ॐ भूः ॐ भुवः ॐ स्वःॐ महः ॐ जनः ॐ तपः ॐ सत्यम् ।
ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात् । ॐ आपो ज्योतिरसोऽमृतं ब्रह्मभूर्भुवः स्वरोम् ॥ (तै.आ.प्र १०।२७)
पूरकः कुम्भकः रेचकः

पुनः आचमनम्

विनियोगः-

ॐ सूर्यश्चमेति ब्रह्मा ऋषिः प्रकृतिश्छन्दः सूर्यो देवता अपामुपस्पर्शने विनियोगः ।

आचमनम् (पहिलेझैँ आचमन गर्ने)

ॐ सूर्यश्च मा मन्युश्च मन्युपतयश्च मन्युक्तेभ्यः पापेभ्यो रक्षन्ताम् यद्रात्र्या पापमकार्षं मनसा वाचा हस्ताभ्यां पद्भ्यामुदरेण शिश्ना रात्रिस्तदवलुम्पतु । यत्किञ्च दुरितं मयि इदमहं माममृतयोनौ सूर्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा । तै.आ.प्र. १०/२५ ।

मार्जनम् (कुशाग्र भागेन)

ॐ भूः पुनाति शिरसि ।
ॐ भुवः पुनातु नेत्रयोः ।
ॐ स्वः पुनातु कण्ठे ।
ॐ महः पुनातु हृदये ।
ॐ जनः पुनातु नाभ्याम् ।
ॐ तपः पुनातु पादयोः ।
ॐ सत्यं पुनातु शिरसि ।
ॐ खं ब्रह्म पुनातु सर्वत्र ।

विनियोगः-

ॐ आपोहिष्ठेत्यादित्र्यृचस्य सिन्धुद्वीप ऋषिः आपो देवता गायत्री छन्दः मार्जने विनियोगः ।

ॐ आपो हि ष्ठा मयो भुवः। ॐ ता नऽऊर्जे दधातन ।
ॐ महेरणाय चक्षसे । ॐ योवः शिवतमो रसः ।
ॐ तस्य भाजयतेह नः । ॐ उशतीरिव मातरः ।
ॐ तस्माः अरङ्गमामवः। ॐ यस्य क्षयाय जिन्वथ । (भूमि)
ॐ आपोजनयथा च नः ।

अघमर्षणम्
विनियोगः-
ॐ द्रुपदादिवेत्यस्य कोकिलो राजपुत्र ऋषिरनुष्टुप्छन्द आपो देवताः सौत्रामण्यबभृथे(अघमर्षणे)शिरसेके विनियोगः ।

ॐ दुपदादिवमुमुचानः स्विन्नः स्नातो मलादिव । पूतं पवित्रेणेवाज्यमापः शुन्धन्तु मैनसः ॥ यजु २०/२० (शिरं सिञ्च्य)

विनियोगः-
ॐ ऋतञ्च सत्यञ्चेति सूक्तस्याघमर्षण ऋषिरनुष्टुप्छन्दो भाववृत्तो देवता पापपुरुषनिरसने विनियोगः ।

ॐ ऋतञ्च सत्यञ्चाभीद्धात्तपसोऽध्यजायत । ततो रात्र्यजायत ततः समुद्रो अर्णवः समुद्रादर्णवादधि संवत्सरो अजायत । अहोरात्राणि विदधद्विश्वस्य मिषतो वशी । सूर्याचन्द्रमसौ धाता यथापूर्वमकल्पयत् । दिवञ्च पृथिवीञ्वान्तरिक्षमथो स्वः ॥
(दायिने हातमा राखेको जल ।नसिकाको अग्रभाग नजिक राखेर निम्न मन्त्र पढ्दै नासिकाको देब्रे भागबाट श्वास तानी उक्त श्वासलाई दायिन नासिका द्वारबाट बाहिर ल्याई उक्तपानी छोड्ने र नहेरि मन्त्र पढ्दै वायाँतिर फ्याँकिदिने ।

आचमनस्य विनियोगः
ॐ अन्तश्चरसीति तिरश्चिन ऋषिरनुष्टुप् छन्दः आपो देवता अपामुपस्पर्शने विनियोगः ।

ॐ अन्तश्चरसि भूतेषु गुहायां विश्वतोमुखम् । त्वं यज्ञस्त्वं वषट्कार आपोज्योतिरसाऽमृतम् ।(आचम्य)

सूर्यार्घ्यंस्य विनियोगः
ॐ कारस्य ब्रह्मा ऋषिर्गायत्री छन्दः परमात्मा देवता ।

ॐ भूर्भुवः स्वरिति महाव्याहृतीनां परमेष्ठी प्रजापतिऋषिः गायत्र्युष्णिगनुष्टुभश्छन्दांसि अग्निवायुसूर्या देवता ।

ॐ तत्सवितुरित्यस्य विश्वामित्रऋषिः सविता देवता गायत्री छन्दः प्रातकाले सूर्यार्घ्यदाने विनियोगः ।

त्रिवारं सूर्यार्घ्यदानम् :

ॐ भूभुवः स्वः ॐ तत्सवितुवरेण्यं भर्गोदेवस्य धीमहि धियो योनः प्रचोदयात् । ॐ आपोज्योति रसोऽमृतं ब्रह्म मूर्भुवः स्वरोम् ॐ ब्रह्म स्वरूपिणे सूर्यनारायणाय नमः इदमर्घ्य दत्तं नममः ।
ब्रह्मास्त्रेण सूर्यारि सस्रहनहन फट् (मुखनासिकाचक्षुश्रोत्रंपृसेत्)

ॐ भूर्भुवः स्वः ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो योनः प्रचोदयात् । ॐ परोरजसेसा वदोम् (ॐ रुद्रस्वरूपि सूर्य नारायणाय इदमर्घ्यं दत्तं नममः । **ॐ ब्रह्म दण्डेन सूर्यारि वाजीन हनहन फट् ।** (मुखनासिक चक्षु श्रोत्रं पृसेत् ।

ॐ भूभुवः स्वः ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भगोदेवस्य धीमहि धियो योनः प्रचोदयात् । ॐ आपोज्योति रसोऽमृतं ब्रह्मभूभुवः स्वरोम् ।
विष्णुस्वरूपिणे सूर्य नारायणाय इदं अर्घ्यं दत्तं नममः ।
ब्रह्मशीर्षेण सूर्यारि शिर हन हन फट् । ॐ आसावादित्यो ब्रह्म ।

ॐ आकृष्णेन रजसा व्वर्तमानो निवेशयन्नमृतं मर्त्यञ्च । हिरण्येन सविता रथेना देवो याति भुवनानि पश्यन् । अनेन प्रदक्षिणवदुदकंक्षिपेत् ।

सूर्योपस्थानम्

विनियोगः

ॐ उद्वयमित्यस्य हिरण्यस्तुपऋषिः गायत्रीछन्दः सूर्योदेवता सूर्योपस्थाने विनियोगः ।

ॐ चित्रंदेवानामित्यस्य कुत्साङ्गिरस ऋषिः त्रिष्टुप्छन्दः,सूर्योदेवता सूर्योपस्थाने विनियोगः ।

ॐ उदुत्यमिति प्रस्कण्वऋषिर्गायत्री छन्दः सूर्योदेवता सूर्योपस्थाने विनियोगः ।

ॐ तच्चक्षुरित्यस्य दध्यङ्ङथर्वणऋषिः रक्षरातीतपुर उष्णिक्छन्दः सूर्योदेवता सूर्योपस्थाने विनियोगः ।

मन्त्राः

ॐ उद्वयन्तमसस्परि स्वः पश्यन्तात्ऽउत्तरम् । देवन्देवत्रा सूर्यमगन्म ज्योतिरुत्तमम् ॥

ॐ उदुत्यञ्जातवेदसन्देवं बहन्ति केतवः । दृशे विश्वाय सूर्यम् ।

ॐ चित्रन्देवानामुदगादनीकञ्चक्षुर्मित्रस्य वरुणस्याग्नेः । आप्प्राद्यावापृथिवीऽअन्तरिक्षऍंसूर्यआत्मा जगतस्तस्थुषश्च ॥

ॐ तच्चक्षुर्देवहितं पुरस्ताच्छुक्रमुच्चरत् । पश्येम शरदःशतञ्जीवेम शरदः शतऍंशृणुयाम शरदः शतम्प्रबवाम शरदः शतमदीनाः स्याम शरदः शतम्भूयश्च शरदः शतात् ॥

गायत्रीषडङ्गन्यासः

अङ्गन्यासः

ॐ भूः हृदयायं नमः । ॐ भुवः शिरसे स्वाहा ।
ॐ स्वः शिखायै वषट् । ॐ तत्सवितुवरेण्यं कवचाय हुं ।
ॐ भर्गो देवस्य धीमहि नेत्रत्रयाय वौषट् । ॐ धियोयोनः प्रचोदयात् अस्त्राय फट् ।

करन्यासः

ॐ भूः अङ्गुष्ठाभ्यां नमः । ॐ भुवः तर्जनीभ्यां नमः ।
ॐ स्वः मध्यमाभ्यां नमः । ॐ तत्सवितुवरेण्यं अनामिकाभ्यां नमः ।

ॐ भर्गो देवस्य धीमहि कनिष्ठिकाभ्यां नमः ।
ॐ धियोयोनः प्रचोदयात् करतलकरपृष्टाभ्यां नमः ।

ऋषिन्यासः

ॐ विश्वामित्र ऋषये नमः शिरसि ।
ॐ गायत्रीछन्दसे नमः मुखे ।
ॐ सविता देवतायै नमः हृदि
ॐ भू बीनाय नमः नाभौ ।
ॐ भुवः शक्तये नमः पादयोः ।
ॐ स्वः किलकाय नमः सर्वाङ्गे ।

व्याहृति न्यासः

ॐ भूः पादाभ्यां नमः ।
ॐ भुवः जानुभ्यां नमः ।
स्वः कटिभ्या. नमः ।
ॐ महः नाभ्यै नमः ।
ॐ जनः हृदयाय नमः ।
ॐ तपः कण्ठाय नमः ।
ॐ सत्यं ललाटाय नमः ।

हृदयादि न्यासः

ॐ ब्रह्मणे हृदयाय नमः । ॐ विष्णवे शिरसे स्वाहा ।
ॐ रुद्राय शिखायै वषट् । ॐ ईश्वराय कवचाय हुँ ।
ॐ सदाशिवाय नेत्रत्रयाय वौषट् । ॐ सर्वात्मने अस्त्राय फट् ।

वर्ण न्यासः

ॐ **तत्** पादाङ्गुलिभ्यां नमः । ॐ **स** गुल्फाभ्यां नमः ।
ॐ **वि** जङ्घाभ्यां नमः । ॐ **तु** जानुभ्यां नमः ।
ॐ **र्व** उरुभ्यां नमः । ॐ **रे** गुदाय नमः ।
ॐ **णि** लिङ्गाय नमः । ॐ **यं** कट्यै नमः ।

ॐ **भ** नाभ्यै नमः । ॐ **र्गो** हृदयाय नमः ।
ॐ **दे** स्तनाभ्यां नमः । ॐ **व** हृदयाय नमः ।
ॐ **स्य** कण्ठाय नमः । ॐ **धी** मुखाय नमः ।
ॐ **म** तालवे नमः । ॐ **हि** नासिकायै नमः ।
ॐ **धि** नेत्राभ्यां नमः । ॐ **यो** भ्रुभ्यां नमः ।
ॐ **यो** ललाटाय नमः । ॐ **न** पूर्वमुखाय नमः ।
ॐ **प्र** दक्षिणमुखाय नमः । ॐ **चो** पश्चिममुखाय नमः ।
ॐ **द** उत्तरमुखाय नमः । ॐ **या** मुर्ध्ने नमः
ॐ **त्** व्यापकाय नमः ।

गायत्री न्यासः

ॐ तत्पदं पातु मे पादौ जंघे मे सवितुः पदम् । वरेण्यं कटिदेशन्तु नाभिं भर्गस्तथैव च ॥ देवस्य मे तु हृदयं धीमहीति गलं तथा । धियो मे पातु जिह्वायां तत्पदं पातु लोचने ॥ ललाटे नः पदं पातु मूर्द्धानं मे प्रचोदयात् ॥ देवीभागवत १२।०३ ।

प्रातः कालीन ब्रह्मरूपा गायत्री ध्यानावाहनम् ।

ध्यानम्

ॐ श्वेतवर्णा समुद्दिष्टा कौशेयवसना तथा ।
श्वेतैर्विलेपनैः पुष्पैरलङ्कारैश्च भूषिता ॥

आदित्यमण्डलस्था च ब्रह्मलोकगताऽथवा ।
अक्षसूत्रधरा देवी पद्मासनगता शुभा ॥ नित्यकर्मविधि।

बालां विद्यां तु गायत्रीं लोहितां चतुराननाम् ।
रक्तम्बरद्वयोपेतामक्षसूत्रकरां तथा ॥

कमण्डलुधरां देवीं हंसवाहनसंस्थिताम् ।
ब्रह्माणीं ब्रह्मदैवत्यां ब्रह्मलोकनिवासिनीम् ॥

मन्त्रेणावाहयेद्देवीमायान्तीं सूर्यमण्डलात् ।
आगच्छ वरदे देवि त्र्यक्षरे ब्रह्मवादिनि ॥

गायत्रि छन्दसां मातर्ब्रह्मयोने नमोऽस्तुते ॥

गायत्री आवाहनम्

विनियोग :-

ॐ तेजोऽसीति देवा ऋषयो गायत्री छन्दःशुक्रं दैवतं गायत्र्यावाहने विनियोगः ।

आवाहनमन्त्रः

ॐ तेजोऽसि शुक्रमस्यमृतमसि धामनामासि । प्प्रियं देवानामनाधृष्टं देवयजनमसि ॥ यजुर्वेद१।३१ ।

आगच्छ वरदे देवि ! गायत्रि ! ब्रह्मरूपिणि ।
जपानुष्ठान सिध्यर्थं प्रविश्य हृदयं मम ॥ देवीभागवत ।

गायत्र्युपस्थानम्

विनियोगः-

ॐ तुरीयस्य विमल ऋषिः परमात्मा देवता गायत्री छन्दः गायत्र्युपस्थाने विनियोगः ।

ॐ गायत्र्यस्येकपदी द्विपदी त्रिपदी चतुष्पद्यपदसि न हि पद्यसे ।
नमस्ते तुरीयाय दर्शताय पदाय परो रजसेऽसावदो मा प्रापत् ॥

गायत्रीध्यानम्

ॐ मुक्ताविद्रुमहेमनीलधवलच्छायैर्मुखैस्त्रीक्षणै
र्युक्तामिन्दुकलानिबद्धमुकुटां तत्त्वात्मवर्णात्मिकाम् ।
गायत्रीं वरदाभयाङ्कुशकशा शुभं कपालं गुणं,
शङ्खं चक्रमथारविन्दयुगलं हस्तैर्वहन्तीं भजे ॥

प्रातः कालिकं ध्यानम्

ब्रह्माणी चतुराननाक्षवलयं कुम्भं करैः स्रुक्स्रुवौ
विभ्राणारुणकान्तिरिन्दुवदना ऋग्रूपिणी बालिका ।
हंसारोहणकेलिरम्बर मणेबिंम्बाञ्चिता भूषिता

गायत्री हृदि भाविता भवतु नः सम्पत्समृद्ध्यै सदा ॥

मध्याह्नकालिकं ध्यानम्

रुद्राणी नवयौवना त्रिनयना वैयाधचर्माम्बरा
खट्वाङ्गत्रिशिखाक्षसूत्रवलयाभीतिर्दधानाम्बिका ।
विद्युत्पुञ्जजटाकलापविलसवालेन्दुमौलिः सदा
सावित्री वृषवाहना सिततनुध्येया यजूरूपिणी ॥

सायङ्कालिकं ध्यानम्

वृद्धा नीलघनप्रभापरिलसत्पीताम्बरा भूषिता
दिव्यैराभरणैरथाङ्गकमले शवं गदां बिभ्रती ।
तार्क्षस्कन्धगता समस्तजगदाराध्या परा वैष्णवी,
ध्येया चैव सरस्वती भगवती सामस्वरूपा सदा ॥

शापविमोचनम्

विनियोग :
ॐ अस्य श्रीब्रह्मशापविमोचन मन्त्रस्य ब्रह्मा ऋषि भुक्तिमुक्तिप्रदा ब्रह्मशापविमोचने गायत्री शक्तिर्देवता गायत्री छन्दो ब्रह्मशापविमोचने विनियोगः ।
मन्त्रः
ॐ गायत्रीं ब्रह्मेत्युपासीत यद्रूपं ब्रह्मविदो विदुः । तां पश्यन्ति धीराः सुमनसो वाचमग्रतः ॥
ॐ वेदान्तनाथाय विद्महे हिरण्यगर्भाय धीमहि तन्नो ब्रह्मः प्रचोदयात् ।
ॐ देवि ! गायत्रि ! त्वं ब्रह्मशापाद्विमुक्ता भव ॥

विनियोगः

ॐ अस्य श्रीवशिष्ठशापविमोचनमन्त्रस्य निग्रहानुग्रहकर्ता वशिष्ठ ऋषिर्वशिष्ठानुगृहिता गायत्री शक्तिर्देवता विश्वोद्भवा गायत्री छन्दः वशिष्ठशापविमोचनार्थं जपे विनियोगः ॥

मन्त्रः

ॐतत्वानि चाङ्गेष्वग्निचितो धियांसः ध्यायन्तिविष्णोरायुधानि विभ्रमत् ।
जनानतासोपरमं च शश्वत् । गायत्री मासाच्छुरनुत्तमं च धामः ।
ॐ सोऽहमर्कमयं ज्योतिरात्मज्योतिरहं शिवः ।
आत्मज्योतिरहं शुक्रः सर्वज्योतिरसोऽस्म्यहम् ॥
योनिमुद्रां प्रदर्श्य गायत्री त्रयं पठेत् ।
ॐ भो देवि । गायत्रि । त्वं वशिष्ठशापाद्विमुक्ता भव ॥

विनियोगः

ॐ अस्य श्रीविश्वामित्रशापविमोचनमन्त्रस्य नूतनसृष्टिकर्ता विश्वामित्र ऋषिर्विश्वामित्रानुगृहीता गायत्री शक्तिर्देवता वाग्देहा गायत्री छन्दः विश्वामित्रशापविमोचनार्थं जपे विनियोगः ।

मन्त्रः

ॐ गायत्री भजाम्यग्निमुखीं विश्वगर्भां यदुद्भवाः ।
देवाश्चक्रिरे विश्वसृष्टिं तां कल्याणीमिष्टकरीं प्रपद्ये ॥
ॐ यन्मुखान्निःसृतो खिलवेदगर्भः ॥

ॐ देवि ! गायत्रि ! त्वं विश्वामित्रशापाद्विमुक्ता भव ॥
शापयुक्ता तु गायत्री सफला न कदाचन ।
शापादुत्तारिता सा तु भुक्तिमुक्तिफलप्रदा ॥

शुक्रशाप विमोचनम्

ॐ शुक्रशापविमोचनमन्त्रस्य श्रीशुक्र ऋषिः अनुष्टुप् छन्दः देवी गायत्री देवता शुक्रशापविमोचनार्थे जपे विनियोगः ।
मन्त्रः सोऽहमर्कमयं ज्योतिरहं शिवः ।

आत्माज्योतिरहं शुक्रः सर्वज्योति रसोऽस्म्यहम् ।

ॐ देवि ! गायत्रि ! शुक्रशापाद्विमुक्ता भव ।

गौतमशाप विमोचनम्

ॐ अस्य श्रीद्विज गौतमशापविमोचनमन्त्रस्य निग्रहानुकर्ता गौतमऋषिः प्रकृतिछन्दः गणेशदेवता द्विजगौतम शाप विमोचनार्थे दशप्रणवजपे विनियोगः । ॐ १० ।

अहोदेवि । महादेवि । सन्ध्ये विद्ये सरस्वति ।
अजरे । अमरे । चैव ब्रह्मयोनिर्नमोऽस्तु ते ॥

ॐ देवि । गायत्रि । त्वं ब्रह्मशापाद्विमुक्ता भव,
ॐ देवि । गायत्रि । त्वं वशिष्ठशापाद्विमुक्ता भव ।
ॐ देवि । गायत्रि । त्वं विश्वामित्रशापाद्विमुक्ता भव ।
ॐ देवि । गायत्रि । त्वं शुक्रशापाद्वमुक्ता भव ।
ॐ देवि । गायत्रि । त्वं द्विजगौतमशापाद्विमुक्ता भव ।
ॐ देवि गायत्रि द्विज गौतमशापाद्विमुक्ता भव ।

अथ श्रीगायत्रीहृदयम्

विनियोगः

ॐ अस्य श्रीगायत्रीहृदयस्य नारायण ऋषिर्गायत्री छन्द परमेश्वरी गायत्री देवता गायत्रीहृदयजपे विनियोगः ।

अथ अङ्गन्यासः-

द्यौर्मुध्निदैवतम् । दन्तपंक्तावश्विनौ । उभे सन्ध्ये चोष्ठौ । मुखमग्निः । जिह्वा सरस्वती । ग्रीवायां तु बृहस्पतिः । स्तनयोर्वसवोऽष्टौ । बाह्वोर्मरुतः । हृदये पर्जन्यः । आकाशमुदरम् । नाभावन्तरिक्षम् । कट्योरिन्द्राग्नी । जघने विज्ञानघनः प्रजापतिः । कैलाशमलवे उरः । विश्वेदेवा जान्वोः । जङ्घायां कौशिकः । गुह्यमयने

। उरु पितरः । पादौ पृथ्वी । वनस्पतयोऽङ्गुलिषु । ऋषयो रोमाणि । नखानि मुहूर्त्तानि । अस्थिषु ग्रहाः । असृङ्मास ऋतवः । संवत्सरा वै निमिषम् । अहोरात्रावादित्यश्चन्द्रमाः । प्रवरां दिव्यां गायत्रीं सहस्रनेत्रां शरणमहं प्रपद्ये । ॐ तत्सवितुर्वरेण्याय नमः । ॐ तत्पूर्वा जयाय नमः । ॐ तत्प्रातरादित्याय नमः । ॐ तत्प्रातरादित्यप्रतिष्ठायै नमः । प्रातरधीयानो रात्रिकृतं पापं नाशयति । सायमधीयानो दिवसकृतं पापं नाशयति । सायं प्रातरधीयानोऽपापो भवति । सर्वतीर्थेषु स्नातो भवति । सर्वेदेवैर्ज्ञातो भवति। अवाच्यवचनात्पूतो भवति । अभक्ष्यभक्षणात्पूतो भवति । अभोज्यभोजनात्पूतो भवति । चोष्यचोषणात्पूतो भवति । असाध्यसाधनात्पूतो भवति । दुष्प्रतिग्रह शतसहस्रात्पूतो भवति । सर्वप्रतिग्रहात्पूतो भवति । पङ्क्तिदूषणात्पूतो भवति । अनृतवचनात्पूतो भवति । अथाऽब्रह्मचारी ब्रह्मचारी भवति । अनेन हृदयेनाधीतेन क्रतुसहस्रेणेष्टं भवति । षष्ठिशतसहस्रा गायत्र्या जप्यानि फलानि भवन्ति । अष्टौ ब्राह्मणान् सम्यग्ग्राहयेत्। तस्य सिद्धिर्भवति । य इदं नित्यमधीयानो ब्राह्मणः प्रातः शुचिः सर्वपापैः प्रमुच्यते इति । ब्रह्मलोके महीयते । इत्याह भगवान् श्रीनारायणः । देवीभागवते ।

प्रातः कालीन ध्यानम्

गायत्रीं त्र्यक्षरां बालां साक्षासूत्रकमण्डलुम् ।
रक्तवस्त्रां चतुर्वक्रां हंसवाहनसंस्थिताम् ॥१

ब्रह्माणीं ब्रह्मदैवत्यां ब्रह्मलोकनिवासिनीम् ।
आवाहयाम्यहं देवीमायान्तीं सूर्यमण्डलात् ॥२

आगच्छवरदे देवि त्र्यक्षरे ब्रह्मवादिनि ।
गायत्री छन्दसां मातर्ब्रह्मयोने कमोऽस्तु ते ॥३ कात्यायन, धर्मसिन्धौ ।

ॐ श्वेतवर्णा समुद्दिष्टा कौशेयवसना तथा ।
श्वेतैर्विलेपनैः पुष्पै रलङ्कारेश्च भूषिता ॥४

आदित्य मण्डलस्थाच ब्रह्मलोक गताथवा ।
अक्षसूत्र धरादेवी पद्मासनगताथवा ॥५

ॐ मुक्ताविद्रुमहेमनीलधवलच्छायैर्मुखैस्त्रीक्षणै
र्युक्तामिन्दुकलानिबद्धमुकुटां तत्त्वात्मवर्णात्मिकाम् ।
गायत्रीं वरदाभयाङ्कुशकशा शुभं कपालं गुणं
शङ्खं चक्रमषारविन्दयुगलं हस्तैर्वहन्तीं भजे ॥६

मानसिक पूजा

ॐ लं पृथिव्यात्मकं गन्धं समर्पयामि गायत्र्यै नमः ।
ॐ हं आकाशात्मकं पुष्पं समर्पयामि गायत्र्यै नमः ।
ॐ यं वाय्वात्मकं धूपं समर्पयामि गायत्र्यै नमः ।
ॐ रं तेजात्मकं दीपं दर्शयामि गायत्र्यै नमः ।
ॐ वं अमृतात्मकं नैवेद्यं निवेदयामि गायत्र्यै नमः ।
ॐ यं रं लं वं हं सर्वात्मकं पुष्पाञ्जलिं समर्पयामि गायत्र्यै नमः । (देवी भागवत)

जपादौ चतुर्विंशतिर्मुद्राः

सुमुखं सम्पुटं चैव विततं विस्तृतं तथा ।
द्विमुखं त्रिमुखं चैव चतुष्पञ्चमुखं तथा ॥१

षण्मुखाः धोमुखं चैव व्यापकाञ्जलिकं तथा ।
शकटं यमपाशं च ग्रथितं चोन्मुखोन्मुखम् ॥२

प्रलम्बं मुष्टिकं चैव मत्स्यः कूर्मो वराहकम् ।
सिंहाक्रान्तं महाक्रान्तं मुद्गरं पल्लवं तथा ॥३
एता मुद्राश्चतुर्विंशज्जपादौ सम्प्रदर्शयेत् ॥४

चित्र राख्ने ।

सुमुखम् सम्पुटम् ३. विततम् बिस्तृतम् ५. द्विमुखम् ६. त्रिमुखम् चतुर्मुखम् ८. पञ्चमुखम् ९. षण्मुखम् १०. अधोमुखम् ११. व्यापकाञ्जलिम् १२. शकटम् १३. यमपाशम् १४. प्रथितम् १५. उन्मुखोन्मुखम् १६. प्रलम्बम् १७. मुष्टिकम् १८ मत्स्यम् १९. कूर्मम्

२२. महाक्रान्तम् २०. बराहकम् २१. सिंहाक्रान्तम् २३. मुद्गरम्
२४. पल्लवम् ।

अक्षमालिका प्रार्थनाः

ॐ मां माले महामाये सर्वशक्तिस्वरूपिणि ।
चतुर्वर्गस्त्वयि न्यस्तस्तस्मान्मे सिद्धिदा भव ॥

ॐ अविघ्नं कुरु माले त्वं गृह्णामि दक्षिणे करे ।
जपकाले च सिद्ध्यर्थं प्रसीद मम सिद्धये ॥

ॐ ह्रीं अक्षमालिकायै नमः ।

प्रातकाले गायत्री विनियोगः

ॐ प्रातः सन्ध्या रक्ता रक्तपद्मासनस्था रक्ताम्बरधरा रक्तवर्णा रक्तगन्धानुलेपना चतुर्मुखा अष्टभुजाद्विनेत्रा दण्डाऽक्षमाला कमण्डलु, स्रुक्स्रुवधारिणी सर्वाभरणभूषिता गायत्री कौमारी ब्राह्मी हंसवाहिनी ऋग्वेदसंहिता ब्रह्मदेवत्या त्रिपदा गायत्री षट्कुक्षिः पञ्चशीर्षा अग्नि (मुखा रुद्र(शिव(विष्णुहृदया ब्रह्मकवचा सांख्यायन सगोत्रा मूर्लोक व्यापिनी अग्निस्तत्वम् **उदात्ताऽनुदात्तःस्वरितस्वरःमकारः आत्मज्ञाने जपे विनियोगः ।** इत्येषा गायत्री ।

ॐ प्रणस्य ब्रह्मा ऋषिः गायत्री छन्दः परमात्मा देवता शुक्लोवर्ण जपे विनियोगः ।

ॐ भूर्भुवः स्वरिति महाव्याहृतीनां परमेष्ठी प्रजापतिऋषिः गायत्र्युष्णिगनुष्टुभश्छन्दांसि अग्नि-वायु-सूर्या देवताः गायत्री छन्दः सर्वपापक्षयार्थे गायत्रीमन्त्र जपे विनियोगः ।

ॐ तत्सवितुरित्यस्य विश्वामित्र ऋषिर्गायत्री छन्दः सविता देवता शुक्लोवर्ण अग्निमुखं ब्रह्मशिरो विष्णुहृदयं रुद्र कवचं परमात्मा शरीरं सङ्ख्यायन षट्स्वरा सरस्वती जिह्वा पिङ्गाक्षी त्रिपदा गायत्री सवितु प्रितये जपे विनियोगः ।

ध्यानम्

बाला विद्यान्तु गायत्री लोहिता चतुराननाम्
रक्ताम्बरद्वयोपेतामक्षसूत्रकरां तथा ॥
कमण्डलुधरा देवि हंसवाहनसंस्थिताम् ।
ब्रह्माणी ब्रह्मदैवत्यां ब्रह्मलोकनिवासिनीम् ॥
मन्त्रेणवाहयेद्देवीमायान्ती सूर्यमण्डलात् ॥

ब्रह्मगायत्रीमन्त्रः

ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात् ॥

त्रिपदा गायत्री :

२४ अक्षरको गायत्री ८ ८ अक्षरमा विभक्त हुँदा त्रिपदा बनेको हो । चतुर्थ पाद वा तुरीय पद परोरजसे सावदोम हो । ॐ भूर्भुवः स्वः यो व्याहृति हो । यसबाहेक ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं ॐ भर्गो देवस्य धीमहि ॐ धियो यो नः प्रचोदयात् । यी तीन गायत्रीका त्रिपाद हुन् ।

पञ्चप्रणवयुक्त गायत्री

ॐ भूर्भुवः स्वः ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं ॐ भर्गो देवस्य धीमहि ॐ धियो यो नः प्रचोदयात् ॐ परोरजसे सावदोम् ।

गायत्री जपारम्भः

मालया वा करमालया जपम्

जप निवेदनम्

ॐ देपागातुविद इत्यस्य मनसस्पतिऋषिः वातो देवता विराट् छन्दः जपनिवेदने विनियोगः ।

ॐ देवा गातुविदो गातुं वित्त्वा गातुमित ।
मनसस्पतऽइमन्देव यज्ञŲ'स्वाहा वातेधाः ॥

प्रार्थयेत्

यदक्षरपदभ्रष्टं मात्राहीनं च यद्‌भवेत्‌ ।
तत्सर्वं क्षम्यतां देवि काश्यपप्रियवादिनि ॥

जपान्ते उत्तराङ्ग अष्टमुद्रा

सुरभिज्ञानवैराग्यं योनि:: शंखोऽथ पङ्कजम्‌ ।
लिङ्गंनिर्वाणकं चैव जपान्तेःऽष्टौ प्रदर्शयेत्‌ ॥

चित्र राख्ने:
(१) सुरभि: (२) ज्ञानम्‌ (३) वैराग्यम्‌ (४) योनि:
(५) शंख: (६) पङ्कजम्‌ (७) लिङ्गम्‌ (८) निर्वाणम्‌

पुनराचमनम्‌ ।
कायेन वाचा मनसेन्द्रियैर्वा बुद्ध्यात्मनावन नु:सृत: स्वभावात्‌ ।
करोमि यद्‌यद्‌ सकलं परस्मै नारायणयेति समर्पयामि ।
आसन नजिक जल छोडेर त्यही जल शिरमा लाउने[१५]
ॐ शक्राय नम: ।

गायत्रीतर्पण[१६] विनियोग: केवल प्रात: संध्यायाम्‌

---

[१५] यस्मिन्‌ स्थाने जपं कुर्यात्‌ शक्रो हरति तज्जपम्‌ ।
तन्मृदा लक्ष्म कुर्वीत ललाटे तिलकाकृति: ॥ व्यासस्मृति: ।
[१६] **संध्यामि च होमं** च यावज्जीवं समाचरेत्‌ ।
नत्यजेत्‌ सूतके वापि त्यजन्‌ गच्छत्यधोगतिम्‌ ॥
सूतके मानसीं सन्ध्यां कुर्याद वै सुप्रयत्नत:। स्मृति समुच्चय

गायत्रीं दशधा जप्त्वा संध्याया: फलमाप्नुयात्‌ । स्मृति समुच्चय
गायत्री सम्यमुच्चार्य सूर्यायाय निवेदयेत्‌ ।
मार्जनंतु न वा कार्यमुपस्थानं न चैव हि । भारद्वाज आचारभूषण ।

विनियोगः

ॐ गायत्र्या विश्वामित्र ऋषिः सवता देवता गायत्री छन्दः गायत्रीतर्पणे विनियोगः ।

ॐ भूः ऋग्वेदपुरुषं तर्पयामि । ॐ भुवः यजुर्वेदपुरुषं तर्पयामि ।
ॐ स्वः सामवेदपुरुषं तर्पयामि । ॐ महः अथर्ववेद र्ववेदपुरुषं पुरुषं तर्पयामि ।
ॐ जनः इतिहास पुराणपुरुषं तर्पयामि । ॐ तपः सर्वागमपुरुषं तर्पयामि ।
ॐ सत्यं सत्यलोक पुरुषंतर्पयामि । ॐ भूः भूर्लोक पुरुषंतर्पयामि ।
ॐ भुवः भुवर्लोकपुरुषं तर्पयामि । ॐ स्वः स्वर्लोक पुरुषं तर्पयामि ।
ॐ भूः एकपदां गायत्रीं तर्पयामि । ॐ भुवः द्विपदां गायत्त्रीं तर्पयामि ।
ॐ स्वः त्रिपदां गायत्रीं तर्पयामि । ॐ भूर्भुवः स्वः चतुष्पदा गायत्रीं तर्पयामि ।
ॐ उषसीं तर्पयामि ॐ गायत्रीं तर्पयामि ॐ सावित्रीं तर्पयामि ।
ॐ सरस्वतीं तर्पयामि ॐ वेदमातरं तर्पयामि । ॐ पृथिवीं तर्पयामि ।
ॐ अजां तर्पयामि । ॐ कौषिकीं तर्पयामि । ॐ सांकृतिं तर्पयामि ।
ॐ सर्वाजितीं तर्पयामि ।ॐ गायत्रीं तर्पयामि । ॐ तत्सद् ब्रह्मार्पणमस्तु ॥ (देविभागवते ११.१७)

प्रार्थना

ॐ गायत्र्यै नमः । ॐ सावित्र्यै नमः ।
ॐ सरस्वत्यै नमः । ॐ सन्ध्यायै नमः ।

शान्तिपाठः

ॐ जातवेदसे सुनवाम सोममराति यतो नि दहाति वेदः । सनः पर्षदति दुर्गाणि विश्वा नावेव सिन्धुं दुरितात्यग्निः ॥

पृथ्वी नमनम्

ॐ स्योना पृथिवि । नो भवा नृक्षरा निवेशनी । यच्छ्ानः शर्मसप्प्रथाः ॥

प्रदक्षिणा

यानि कानि च पापानि जन्मान्तर कृतानि च ।
तानि सर्वाणि नश्यन्ति प्रदक्षिण पदे पदे ॥

विनियोगः

देवागातु विदः इत्यस्य मनसस्पति ऋषिः वातो देवता विराट छन्दः जपनिवेदने विनियोगः ॥

मन्त्रः

ॐ देवा गातु विदो गातुं वित्त्व गातुमित । मनसस्पतइमन्देव यज्ञ स्वाहा व्वातेधाः ॥ यजु ८।२१।

प्रातः कालीन अभिवादनम्

अमुकगोत्रोत्पन्नोऽमुक प्रवरान्वितोऽहं
शुक्लयजुर्वेदान्तर्गतमाध्यान्दिनवाजसनेयशाखाध्यायी अमुकशर्माऽहं भो भारद्वाजगोत्रधारिणिब्रह्मरूपे गायत्रि ! त्वां अभिवादयामि ।

मध्याह्नकालीन अभिवादनम्

अमुकगोत्रोत्पन्नोऽमुक प्रवरान्वितोऽहं
शुक्लयजुर्वेदान्तर्गतमाध्यान्दिनवाजसनेयशाखाध्यायी अमुकशर्माऽहं भो काश्यपगोत्रधारिणिशिवरूपे सावित्री ! त्वां अभिवादयामि ।

सायंकालीन अभिवादनम्

अमुकगोत्रोत्पन्नोऽमुक प्रवरान्वितोऽहं शुक्लयजुर्वेदान्तर्गतमाध्यान्दिन–वाजसनेयशाखाध्यायी अमुकशर्माऽहं भो साङ्ख्ययनगोत्रधारिणि–विष्णुरूपे सरस्वति ! त्वां अभिवादयामि ।

क्षमाप्रार्थनाः

यदक्षरपदभ्रष्टं स्वरव्यञ्जनवर्जितम् ।

तत्सर्वं क्षम्यतां देवि कश्यपप्रियवादिनि ॥

मन्त्रहीनं क्रियाहीनं भक्तिहीनं सुरश्वरि ।
यत्पूजितं मया देवि पूरिपूर्णं तदस्तु मे ॥

सन्ध्याविसर्जनम्

ॐ उत्तरे शिखरे इत्यस्य कश्यपऋषिः सन्ध्यादेवता अनुष्टुप् छन्दः सन्ध्याविसर्जने विनियोगः ।

उत्तरे शिखरे देवि भूम्यां पर्वतमस्तके ।
ब्राह्मणेभ्यो विनिर्मुक्ता गच्छ देवि यथासुखम् ॥
ॐ अनेन सन्ध्योपासनाख्येन कर्मणा श्री परमेश्वर प्रीयतां न मम ।
ॐ ब्रह्मार्पणमस्तु ।

ॐ यस्य स्मृत्या च नामोक्त्या तपोयज्ञक्रियादिषु ।
न्यूनं सम्पूर्णतां याति सद्यो वन्दे तमच्यूतम् ।
ॐ श्रीविष्णवे नमः ३

शिखामुक्ति

ब्रह्मपाशसहस्रेण रुद्रशूल शतेन च ।
विष्णुचक्रसहस्रेण शिखामुक्तिं करोम्यहम् ॥

भूमृत्तिका बन्धनम्

ॐ तत्सवितु.....मन्त्रेण तत्रत्यां मृदां धारयेत् ।

इति सन्ध्याविधि
सन्दर्भ पुस्तकहरूः

१. गायत्रीमञ्जरी १००८ गायत्रीस्वरूप ब्रह्मचारी वि.सं २०४६ राजा तारकबहादुर शाह प्रकाशक ।
२. नित्यकर्म
३.

सामान्य सन्ध्याविधिः
ॐ पृथिवीत्यस्य मेरुपृष्ठऋषिः कूर्मो देवता सुतलं छन्दः आसने विनियोगः ।
जलं भूमौ निक्षिप्यः अनेन मन्त्रेणः

आसनशुद्धिः
ॐ पृथ्वी त्वया धृता लोका देवि त्वं विष्णुना धृता ।
त्वञ्च धारय मां देवि पवित्र कुरु चासनम् ।

भूतशुद्धि :
अपसर्पन्तु ये भूता ये भूता भूमि दूषिताः।
ये भूता विघ्नकर्तारस्ते नश्यन्तु शिवाज्ञया ॥
अपक्रामन्तु भूतानि पिशाचा सर्वतोदिशम् ।
सर्वेषामविरोधेन सन्ध्याकर्म समारभे ।
वामपाद पार्ष्णिना त्रिवारं भूमिं ताडयेत् ।

भष्मधारणम्
व्यायुषञ्जमदग्नेः कश्यपस्य त्र्यायुषम् । यद्देवेषु व्यायुषन्तन्नोऽस्तु व्यायुषम् । अनेन भष्मधारणं कुयात् ।

अभिषेचनम्
ततः कुशोदकेन शिरसि अभिषिञ्चित्

ॐ अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थाङ्गतोऽपि वा ।
यः स्मरेत् पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यन्तरः शुचिः ॥
ॐ पुण्डरीकाक्षः पुनातु इति आत्मानं सर्वत्र च अभिषिञ्चेत् ।

शिखाबन्धनम्
ॐ चिद्रूपिणि महामाये दिव्यतेजः समन्विते ।

तिष्ठ देवि शिखाबन्धे तेजोबुद्धिं कुरुष्व मे ॥

ॐ मानस्तोके अनेन शिखाबन्धनं कुर्यात् ।

ॐ मा नस्तोके तनये मा न आयुषि मा नो गोषु मा न अश्वेषु रीरिषः। वीरान् मा नो रुद्र भामितो वधीर्हविष्मन्तः सदामित् त्वा हवामहे ॥

रुद्राक्षमाला धारणम्

ॐ त्र्यम्बकं यजामहे इत्यादिना रुद्राक्षमालां धारयेत् ।
ॐ त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम् । उर्वारुकमिव बन्धनान्मृत्योर्मुक्षीय माऽमृतात् ॥

आचनम्

अच्यूताय नमः स्वाहा, ॐ माधवाय नमः स्वाहा,
ॐ केशवाय नमः स्वाहा । ब्रह्मतीर्थेन एतैर्जलं पिवेत् ।
ॐ गोविन्दाय नमः स्वाहा । इति हस्तप्रक्षालनम् ।

प्राणायामः

कनिष्ठिकाऽनाभिकाभ्यां वामनासापुटं संपीड्य दक्षिणेन वायुं पूरयेत् ।
ॐ भूः, ॐ भुवः, ॐ स्वः, ॐ महः, ॐ जनः, ॐ तपः, ॐ सत्य
ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गोदेवस्य धीमहि धियोयोनः प्रचोदयात् ।
ॐ आपोज्योतिरसोऽमृतं ब्रह्मभूर्भूवस्स्वरोम् । ॐ विष्णवे नमः ।

ततोऽङ्गुष्ठेन दक्षिणनासापुटं संपीड्य पूर्ववत् समग्रमन्त्रं पठित्वा
ॐ ब्रह्मणे नमः ।

ततः कनिष्ठिकाऽनाभिकाभ्यां विमुच्य वायुरेचयेत् ॐ भूः, ॐ भुवः, इत्यादि सम पठित्वा ॐ महेश्वराय नमः ।

सूर्यार्घ्यदानम्

ॐ भूभुवः स्वः ॐ तत्सवितुवरेण्यं भर्गोदेवस्य धीमहि धियो योनः प्रचोदयात् । ॐ आपोज्योति रसोऽमृतं ब्रह्म मूर्भुवः स्वरोम् ॐ ब्रह्म स्वरूपिणे सूर्यनारायणाय नमः इदमर्घ्य दत्तं नममः ।
ब्रह्मास्त्रेण सूर्यारि सस्त्रहनहन फट् (मुखनासिकाचक्षुश्रोत्रंपृसेत्)

ॐ भूर्भुवः स्वः ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो योनः प्रचोदयात् । ॐ परोरजसेसा वदोम् (ॐ रुद्रस्वरूपि सूर्य नारायणाय इदमर्घ्यं दत्तं नममः । **ॐ ब्रह्म दण्डेन सूर्यारि वाजीन हनहन फट् । (मुखनासिक चक्षु श्रोत्रं पृसेत् ।**

ॐ भूभुवः स्वः ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भगोदेवस्य धीमहि धियो योनः प्रचोदयात् । ॐ आपोज्योति रसोऽमृतं ब्रह्मभूभुवः स्वरोम् ।
विष्णुस्वरूपिणे सूर्य नारायणाय इदं अर्घ्यं दत्तं नममः ।
ब्रह्मशीर्षेण सूर्यारि शिर हन हन फट् । ॐ आसावादित्यो ब्रह्म ।

सूर्योपस्थानम्

ॐ आकृष्णेन एवं तच्चक्षुर्देवहितं इत्यादिना सूर्योपस्थानं कुर्यात् ।

ॐ आकृष्णेन रजसा व्वर्तमानो निवेशयन्नमृतं मर्त्यञ्च । हिरण्येन सविता रथेना देवो याति भुवनानि पश्यन् ।

ॐ तच्चक्षुर्देवहितं पुरस्ताच्छुक्रमुच्चरत्। पश्येमशरदः शतं जीवेम शरदः शतं श्रृणुयाम शरदः शतम्। प्रब्रवाम शरद् शतमदीनाः स्याम शरदः शतम् भूयश्यच शरदः शतात् ।

गायत्री ध्यानम्

ॐ मुक्ताविद्रुमहेमनीलधवलच्छायैर्मुखै स्त्रीक्षणै
र्युक्तामिन्दुकलानिबद्धमुकुटांतत्त्वात्मवर्णात्मिकाम् ।
गायत्रीं वरदाभयाङ्कुशकशा शुभ्रं कपालं गुणम्
शङ्खं चक्रमथारविन्दयुगलं हस्तैर्वहन्तीं भजे ॥

इति ध्यात्वा गायत्रीं जपेत् ।

अक्षमालिका प्रार्थनाः

ॐ मां माले महामाये सर्वशक्तिस्वरूपिणि ।
चतुर्वर्गस्त्वयि न्यस्तस्तस्मान्मे सिद्धिदा भव ॥

ॐ अविघ्नं कुरु माले त्वं गृह्णामि दक्षिणे करे ।
जपकाले च सिद्ध्यर्थं प्रसीद मम सिद्धये ॥
ॐ ह्रीं अक्षमालिकायै नमः ।

प्रातकाले गायत्री विनियोगः

ॐ प्रातः सन्ध्या रक्ता रक्तपद्मासनस्था रक्ताम्बरधरा रक्तवर्णा रक्तगन्धानुलेपना चतुर्मुखा अष्टभुजाद्विनेत्रा दण्डाऽक्षमाला कमण्डलु, स्रुक्स्रुवधारिणी सर्वाभरणभूषिता गायत्री कौमारी ब्राह्मी हंसवाहिनी ऋग्वेदसंहिता ब्रह्मदेवत्या त्रिपदा गायत्री षट्कुक्षिः पञ्चशीर्षा अग्नि (मुखा रुद्र(शिव(विष्णुहृदया ब्रह्मकवचा सांख्यायन सगोत्रा मूर्लोक व्यापिनी अग्निस्तत्वम् **उदात्ताऽनुदात्तःस्वरितस्वरःमकारः आत्मज्ञाने जपे विनियोगः ।** इत्येषा गायत्री ।

ॐ प्रणस्य ब्रह्मा ऋषिः गायत्री छन्दः परमात्मा देवता शुक्लोवर्ण जपे विनियोगः ।

ॐ भूर्भुवः स्वरिति महाव्याहृतीनां परमेष्ठी प्रजापतिऋषिः गायत्र्युष्णिगनुष्टुभश्छन्दांसि अग्नि-वायु-सूर्या देवताः गायत्री छन्दः सर्वपापक्षयार्थे गायत्रीमन्त्र जपे विनियोगः ।

ॐ तत्सवितुरित्यस्य विश्वामित्र ऋषिर्गायत्री छन्दः सविता देवता शुक्लोवर्ण अग्निमुखं ब्रह्मशिरो विष्णुहृदयं रुद्र कवचं परमात्मा शरीरं सङ्ख्यायन षट्स्वरा सरस्वती जिह्वा पिङ्गाक्षी त्रिपदा गायत्री सवितु प्रितये जपे विनियोगः ।

गायत्रीजपमन्त्रः

ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात् ॥

पञ्चप्रणवयुक्त गायत्री :

ॐ भूर्भुवः स्वः ॐ तत्सवितुर्वरेणीयं ॐ भर्गोदेवस्य धीमहि ॐ धियोयो नः प्रचोदयात् । ॐ परोरजसेसावदोम् ।

इति १० बारम् २८, ५४, १०८ यथा शक्यम् अवश्यमेव जप्यम् । जपान्ते आचमनं कृत्वा विसर्जयेत् ।

विसर्जनम्

ॐ उत्तरे शिखरे देवि भूम्यां पर्वतमस्तके ।
ब्राह्मणेभ्यो विनिर्मुक्ता गच्छ देवि यथा सुखम् ॥

प्रदक्षिणा :

यानि कानि च पापानि जन्मान्तरकृतानि च ।
तानि सर्वाणि नश्यन्तु प्रदक्षिणपदे परे ॥

क्षमा प्रार्थना

यदक्षरं पदंभ्रष्टं मात्राहीनं च यद् भवेत् ।
तत्सर्व क्षम्यतां देवि प्रसीद परमेश्वरी ॥

मन्त्रहीनं क्रियाहीनं भक्तिहीनं सुरेश्वरि ।
यत्पूजितं मया देवि परिपूर्णं तदस्तु मे ॥

अनेन प्रातः सन्ध्योपासनाख्येन कर्मणा अथवा यथाशक्ति गायत्रीमन्त्रजपाख्येन कर्मणा श्री परब्रह्मीवरूपिणी गायत्री प्रयतां न मम । ॐ तत्सत् ब्रह्मार्पणमस्तु ।

सन्ध्या विसर्जनम्

विनियोगः

ॐ उत्तमे शिखरे' इत्यस्य वामदेव ऋषिरनुष्टुप् छन्दः गायत्री देवता गायत्रीविसर्जने विनियोगः ।

ॐ उत्तमे शिखरे देवी भूम्यां पर्वतमूर्धनि ।
ब्राह्मणेभ्योऽभ्यनुज्ञाता गच्छ देवि ! यथासुखम् ॥

अशक्तौ तु :
अत्यन्ताशक्तौ तु १० बारमेवापि जपेत् ।
एतदवस्थायां भस्मधारणं, शिखाबन्धनं, कुशोदकेन षेचनं विधाय आचम्य प्राणानायम्य सूर्यार्घ्यं प्रदाय गायत्रीमन्त्रजपं कुर्यात् ।

इति विसर्जनम् ।

इति संक्षिप्त सन्ध्या प्रयोगः

अथ श्रीगायत्रीकवचम्

विनियोग :-
ॐ अस्य श्रीगायत्रीकवचस्य ब्रह्मा ऋषिर्गायत्री छन्दो गायत्री देवता ॐ भूः बीजम्, भुवः शक्तिः, स्वः कीलकम्, गायत्रीप्रीत्यर्थं जपे विनियोगः ।

गायत्रीध्यानम्
ॐ पञ्चवक्त्रां दशभुजा सूर्यकोटिसमप्रभाम् ।
सावित्रीं ब्रह्मवरदां चन्द्रकोटिसुशीतलाम् ॥१

त्रिनेत्रां सितवक्त्रां च मुक्ताहारविराजिताम् ।
वराऽभयाङ्कुशकशाहेमपात्राक्षमालिकाम् ॥२

शङ्खचक्राब्जयुगलं कराभ्यां दधतीं पराम् ।
सितपङ्कजसंस्थां च हंसारूढां सुखस्मिताम् ॥३

ध्यात्वैवं मानसाम्भोजे गायत्रीकवचं जपेत् ॥४

ब्रह्मोवाच

ॐ विश्वामित्र ! महाप्राज्ञ ! गायत्रीकवचं शृणु ।
यस्य विज्ञानमात्रेण त्रैलोक्यं वशयेत् क्षणात् ॥५

सावित्री मे शिरः पातु शिखायाममृतेश्वरी ।
ललाटं ब्रह्मदैवत्या भ्रुवौ मे पातु वैष्णवी ॥६

कर्णौ मे पातु रुद्राणी सूर्या सावित्रिकाऽम्बिके ।
गायत्री वदनं पातु शारदा दशनच्छदौ ॥७

द्विजान् यज्ञप्रिया पातु रसनायां सरस्वती ।
सांख्यायनी नासिकां में कपोलौ चन्द्रहासिनी ॥८

चिबुकं वेदगर्भा च कण्ठं पात्वघनाशिनी ।
स्तनौ मे पातु इन्द्राणी हृदयं ब्रह्मवादिनी ॥९

उदरं विश्वभोक्त्री च नाभौ पातु सुरप्रिया ।
जघनं नारसिंही च पृष्ठं ब्रह्माण्डधारिणी ॥१०

पार्श्वौ मे पातु पद्माक्षी गुह्यं गो गोप्त्रिकाऽवतु ।
ऊर्वोरोंकाररूपा च जान्वोः संध्यात्मिकाऽवतु ॥११

जङ्घयोः पातु अक्षोभ्यो गुल्फयोर्ब्रह्मशीर्षका ।
सूर्या पदद्वयं पातु चन्द्रा पादाङ्गुलीषु च ॥१२

सर्वाङ्गं वेदजननी पातु मे सर्वदाऽनघा ।
इत्येतत् कवचं ब्रह्मन् ! गायत्र्याः सर्वपावनम् ॥१३

पुण्यं पवित्रं पापघ्नं सर्वरोगनिवारणम् ।
त्रिसन्ध्यं यः पठेद्विद्वान् सर्वान् कामानवाप्नुयात् ॥१४

सर्वशास्त्रार्थतत्त्वज्ञः स भवेद्वेदवित्तमः ।
सर्वयज्ञफलं प्राप्य ब्रह्मान्ते समवाप्नुयात् ॥ १५
प्राप्नोति जपमात्रेण पुरुषार्थां चतुष्टयम् ॥१६
॥ श्रीविश्वामित्रसंहितोक्तं गायत्रीकवचं सम्पूर्णम् ॥
देवतीर्थ

१४७ :
पितृतीर्थ
अग्नितीर्थ
ब्रह्मतीर्थ

सन्दर्भसूची

१.गायत्रीमञ्जरी
गायत्रीस्वरूप ब्रह्मचारी, वेदान्ताचार्य (वि सं २०४६) राजा तारकबहादुर शाह ।
२.सन्ध्योपासनविधि–डा रुद्रानन्द ब्रह्मचारी, डा. गुरुप्रसाद सुवेदी, डा. वासुदेवकृष्ण शास्त्री, डा ज्ञानेन्द्र सापकोटा (वि सं २०७९) श्रीमारवाडी सेवा समिति, पाशुपतक्षेत्र नेपाल ।
३.नित्यकर्म पूजाप्रकाश (वि.सं २०६०) गीताप्रेस, गोरखपुर ।

✠ ✠ ✠

यज्ञप्रकरण

यज्ञमण्डप र हवन कुण्डप्रकरण

इज्यन्ते देवता अत्र यज्ञ भनेर यज्ञशब्दको व्युत्पत्ति गर्न्छि । जहाँ देवताको पूजा हुन्छ त्यो यज्ञ हो । यसरी पूजासँग सम्बन्धित भएर निर्माण भएको 'यज्ञ' शब्दलाई उपनिषदहरूले भगवान् विष्णुको नाम दिएको छन् । यस्तै कर्मका दृष्टिले श्रेष्तम कर्मलाई नै यज्ञ भनेर परिभाषित गरेका छन् । यसरी वैदिक धर्मानुसार यज्ञ एक एकमहान् धर्म हो । वैदिक कर्ममा यज्ञको सर्वोत्तम स्थान छ । वैदिक धर्ममा यज्ञलाई वेदको प्राण वा आत्मा मानिएको छ । यज् देवपूजादौ धातुबाट यज्ञ शब्दको निष्पादन हुन्छ । यज्ञका विषयमा शतपथ ब्राह्मण[१७]मा भनिएको छ यज्ञो वै श्रेष्ठतरं कर्म भनेर लेखेको छ । उसका अनुसार श्रेष्ठतर कर्म नै यज्ञ हो । यस्तै तैत्तिरीय संहिता[१८]मा यज्ञो वै विष्णु भनिएको छ । यज्ञ नै विष्णु भएकाले यजन गर्नुपर्छ भन्ने संहिताको आशय हो । यसर्थ यज्ञ गर्नका लागि धेरै कुरा मिलाउनुपर्छ किनभने शास्त्रानुरूप भएन भने त्यसको फल उत्थानका लागि नभई विनाशका लागि हुनुपुग्छ । मण्डप कर्ताको ७ हातदेखि १०० हातसम्मको हुन्छ । यज्ञ, महायज्ञको स्वरूप हेरेर स्थान, यज्ञमण्डपको नाप, मण्डपमा राखिने स्तम्भ, मूल देवताको स्थान, कुण्डनिर्माणको स्थान र विधि शास्त्रसम्मत रूपमा निर्माण गर्नुपर्छ । यसरी निर्माण भएका मण्डपका आआफ्नै नाम रहेका छन् । यसलाई सजिलोसित बुझौँ :

यज्ञमण्डप निर्माण

---

[१७] १।७।१।५ ।

[१८]

❖ ७ हातको मण्डपमा चार स्तम्भ हुनुपर्छ । व्रतबन्धहरूमा प्रयोग हुन्छ ।

❖ ८ हातदेखि १६ हातको मण्डपमा १६ स्तम्भ हुनुपर्छ ।

❖ ३० हातदेखि पचहत्तर हातको मण्डपमा ६४ स्तम्भ हुनुपर्छ ।

मण्डपका नाम

❖ ७ हातको यज्ञमण्डपलाई नाम एकभू भनिन्छ ।

❖ ८देखि १८ हातको यज्ञमण्डपलाई द्विभू भनिन्छ ।

❖ २० देखि २८ हातको यज्ञमण्डपलाई त्रिभू भनिन्छ।

❖ ३० देखि ७५ हातको यज्ञमण्डपलाई चतुर्भू भनिन्छ।

❖ १०० हातको यज्ञमण्डपलाई दसभू भनिन्छ ।

जप,पाठ र हवनका लागि स्मरणीय कुरा :

जपे पाठाभिषेके च तद्दशांशं हुनेत् सदा ।
तर्पयेत् तद्दशांशेन तद्दशांशेन मार्जयेत् ॥
तद्दशांशै ब्रह्मणानां भोजनानि प्रकल्पयेत् ।
तथैव लक्षकोट्यादिहवनेषु सदा बुधैः।
तच्चतुर्थांश सहितो होमो लोके विधीयते ।
इति शास्त्रव्यवस्थायाः परम्परा विराजते ॥ वेदानुशासनम् ।

जप, पाठ, अभिषेक कर्मको दशांश हवन गर्नुपर्छ । त्यसको दशांशले तर्पण गर्नुपर्छ र त्यसको दशांशले मार्जन गर्नुपर्छ । त्यसको पनि दशांशका रूपमा ब्राह्मणलाई भोजन गराउनुपर्छ । सामान्य, लक्ष, अयुत, प्रयुत र कोटीहवन महायज्ञ गर्दा यो नियम प्रयोग गर्नुपर्छ । दशांशका यी चारप्रकार छन् । उक्त शास्त्रीय विधि अपनाएर गरेका यज्ञहरू सफल हुन्छन् । नित्य र नैमित्तिक बाहेक

जति पनि हामी काम्यकर्महरू गर्दछौँ ती सबै यज्ञहरूका लागि समय आवश्यक हुन्छ । समय भन्नाले मुहूर्त जुराएर गर्नु भन्ने बुझ्नुपर्छ । कतिपय अवस्थामा यज्ञ गर्दा निष्फल र हानी पनि हुन्छ । यसका लागि सम्बन्धित विज्ञ गुरुको सल्लाह लिनुपर्छ । यज्ञ गर्न नहुने सबैले सजिलै जान्ने समय भनेका अधिक(मलमास), क्षयमास, गुरु, शुक्र, र चन्द्र अस्त हुन् । यस्तो समयमा काम्यकर्म गर्नै हुँदैन ।

यज्ञका लागि त्याज्य समय :

मलमासं च शुक्रास्तं तथास्तं गुरुचन्द्रयोः ।
गुर्वादित्यक्षयतिथिं सर्वथा परिवर्जयेत् ॥

कौशिक संहिता माहात्म्यको ६ अध्यायमा मलमास र गुरु, शुक्र र चन्द्र अस्तमा कुनै यज्ञ र महायज्ञकर्म गर्नुहुँदैन ।

यज्ञभूमि कतातिर प्लव (होचो) हुनुपर्छ :

यज्ञ गर्दा यज्ञभूमि, कुण्ड वा स्थण्डिलको विशेषे महत्त्व हुन्छ । यसर्थ यज्ञ गर्नु अगाडि भूमि चयनमा विशेष ध्यान दिनुपर्छ । यज्ञ गर्नका लागि सर्वप्रथम भूमिको अवस्था राम्ररी हेर्नुपर्छ । यज्ञीय भूमिको होचो र अग्लो अवस्थाले यज्ञफलमा प्रभाव पारेको हुन्छ । यसलाई प्लव विचार भनेको छः प्लव भनेको भिरालो वा होचो हो ।

शास्त्रानुसार : यज्ञभूमिको आग्नेयतिर प्लव छ भने विद्वेष, मरण, व्याधिप्रकोप, आयु, पुत्र र धनको नाश हुन्छ । दक्षिणतिर प्लव छ भने मृत्युभय रहन्छ । नैऋत्यतिर प्लव भएमा घरपरिवारमा हानी हुन्छ । पश्चिमतिर प्लवभएमा धन नाश हुन्छ । वायव्यकोणतिर प्लव भएमा उद्वेग आउँछ । उत्तरतिरकोभूमि प्लव छभने त्यो वरदायिनी हुन्छ । ईशानकोणतिर प्लव भएमा लक्ष्मी प्राप्ति हुन्छ त्यसैले यज्ञभूमि उत्तर र उत्तरपूर्वतिर केही होचो भएको हुनुपर्छ । यसलाई सजिलो गरी बुझौँ ।

यज्ञीय भूमिको प्लव विचार :

- आग्नेय प्लव (भिरालो) छ भने विद्वेष, मरण, सन्तान हानी हुन्छ ।
- दक्षिण प्लव(भिरालो) छ भने अनिष्ट, मृत्यु -पीडा) हुन्छ ।
- नैऋत्य प्लव(भिरालो) छ भने गृहनाश हुन्छ ।
- पश्चिम प्लव(भिरालो) छ भने धननाश हुन्छ ।
- वायव्य प्लव(भिरालो) छ भने उद्वेग हुन्छ ।
- उत्तर प्लव (भिरालो) छ भने लक्ष्मी प्राप्ति हुन्छ ।
- इशान प्लव (भिरालो) छ भने कार्य सिद्धि हुन्छ ।
- पूर्व प्लव (भिरालो) छ भने वरदायिनी हुन्छ ।

हवनीय स्थानकुण्ड र स्थण्डिल

प्लवपछि कुण्ड वा स्थण्डिल निर्माणमा विशेष ध्यान दिनुपर्छ । हवनीय यज्ञमा कुण्ड र स्थण्डिलको आवश्यक हुन्छ । जमिन नखनिकन पनि हवनका लागि स्थान बनाइन्छ । यसलाई स्थण्डिल भनिन्छ । विधिसम्म जमिन खनेर **कुण्ड** बनाएको स्थनलाई कुण्ड र जमिनमाथि बनाएको हवनीय स्थानलाई **स्थण्डि**ल भनिन्छ । यसरी कुण्ड र स्थण्डिल गरी हवनीय स्थान दुई किसिमका स्थान छन् । दुवैलाई शास्त्रले मान्यता दिएको छ । यसमा काम्यकर्ममा भने कुण्ड अनिवार्य छ । नित्य नैमित्तिक कर्मका लागि अनिवार्य छैन तर बनाउँदा राम्रो हुन्छ ।

कुण्डस्वरूप

कुण्डका स्वरूपका सन्दर्भमा शास्त्रहरूको मत निम्नानुसार रहेको छः

तत्तत्कर्मानुरूपपरिमाणवत् मेखला-गर्त-कण्ठ-योनि-नाभिमत् अग्न्यायतनं तान्त्रिकाभिमतं कुण्डमुच्यते ।

तान्त्रिक–मतानुसार कर्मानुरूप कुण्डको परिभाषा छ : शास्त्राभितानुसार मेखला, गहिराइ, कण्ठ, योनी र नाभि राखेर पमिाणानुसारको हवनका लागि बनाइएको अग्नि प्रज्वलन गरिने क्षेत्र नै कुण्ड हो । यसरी नै स्थण्डिलको पनि परिभाषा छ :

स्थण्डिलस्वरूप

हवनकर्मपर्याप्तो वालुकादिद्रवैरास्तृतश्चतुरेकाद्यङ्गुलोत्सेधो भूभागः स्थण्डि-लम् ।

हवन गर्नका लागि वालुवा, माटो आदि राखेर एक अङ्गुल उठाएर अग्नि प्रज्वलन गर्नका लागि तयार पारिएको स्थान नै स्थण्डिल हो । यसमा मेखला राख्नपनि सकिन्छ नराख्नपनि सकिन्छ ।

हवन सङ्ख्याअनुसारका कुण्डनिर्माण

हवनकुण्ड निर्माण गर्दा निकै सचेतत अपनाउनुपर्छ । फलप्राप्तिका लागि बनाइने कुण्डहरू शास्त्रीय विधिसम्मत हुनुपर्छ । यस विषयमा शास्त्रहरूले भनेका छन् :

शतार्धे रत्निः स्याच्छतपरिमितेऽरत्नि विततं । सहस्रे हस्तं स्यादयुतहवने हस्तयुगलम् ॥
चतुर्हस्तं लक्षे प्रयुत हवने षट्करमितं । ककुब्भिर्वा कोटौ नृपकरमपि प्राहुरपरे ॥

यसका लागि शास्त्रहरूले भनेका छन् :

- ५० भन्दा कम आहुति दिनका लागि **बद्धमुष्ठी करो रत्नि** (मुढीहात)को कुण्ड बनाउनुपर्छ । भूमिमा मेखला उठाएर स्थाण्डिल बनाउँदा हुन्छ ।
- ५० देखि९९ सम्म आहुति दिनका लागि२१ अंगुल “अरत्नि सकनिष्ठिकः (कुहिनुदेखि कान्छि औंलाको टुप्पो बराबरको) को कुण्डनिर्माण गर्नुपर्छ ।

- १०० बाट १००० सम्म आहुति दिनका लागि एकहात लम्बाइको कुण्ड निर्माण गर्नुपर्छ ।
- १०,०००बाट १०००००सम्म आहुति दिनका लागि दुई हात लम्बाइको कुण्ड निर्माण गर्नुपर्छ ।
- १००००० आहुति दिनका लागि चारहात लम्बाइको कुण्ड निर्माण गर्नुपर्छ ।
- १०००००० आहुति दिनका लागि छ हात लम्बाइको कुण्ड निर्माण गर्नुपर्छ ।
- १०००००००० आहुति दिनका लागि कुण्ड दशहात लम्बाइको कुण्ड निर्माण गर्नुपर्छ ।

कुण्डनिर्माण गर्दा मापन गर्ने विधि :

कुण्डनिर्माण गर्दा बालाग्र, लिक्षा, युका, यव, अङ्गुल र हातको परिमाण आवश्यक छ । यसका सन्दर्भमा शास्त्रहरूले भनेका छन् :

कृतोर्ध्वबाहोः समभूगतस्य । कर्तुःशरांशः प्रपदोच्छ्रितस्य ॥
यो वा स हस्तोऽस्य जिनांशको ऽपि । स्यादङ्गुलं तत्तदिभांशको यः ॥
यवो यूका च लिक्षा च वालाग्रञ्चैवमादयः । बद्धमुष्टिकरो रत्निररत्निरकनिष्ठिकः ॥

समतल भूमिमा कर्ताले तनक्क हात तन्काएर खुट्टाको पञ्जाले टेकेर उभिउनुपर्छ । अनि उक्त कर्ताको पाउदेखि हातको मध्यमा औंलाको टुप्पोसम्मको लम्बाइ लिनुनुपर्छ । आएको लम्बाइलाई पाँचले भाग गर्दा जति नाप हुन्छ त्यो कर्ताको एक हात हुन्छ । उक्त एक हातको जिनांश अर्थात् चौविसौं भाग बराबर 'एकअङ्गुल' हुन्छ । एक अङ्गुलको इभांशक अर्थात् अष्टमांशलाई 'यव' भनिन्छ । यवको अष्टमांशलाई 'यूका' भनिन्छ । यूकाको अष्टमांशलाई 'लिक्षा' भनिन्छ । लिक्षाको अष्टमांशलाई 'बालाग्र' भनिन्छ । बालाग्रको अष्टमांशलाई

'रथरेणु' भनिन्छ । रथरेणुको अष्टमांशलाई 'त्रसरेणु' र त्रसरेणुको अष्टमांशलाई 'परमाणु' भनिन्छ । सजिलो गरी बुझौं ।

- ❖ त्रसरेणको अष्टमांश परमाणु हुन्छ ।
- ❖ रथरेणुको अष्टमांशलाई त्रसरेणु भनिन्छ ।
- ❖ यो बाह्र परमाणु बराबर एक हुन्छ ।
- ❖ आठ त्रसरेणु बराबर एक बालाग्र हुन्छ ।
- ❖ आठबालाग्र बराबर एक लिक्षा हुन्छ ।
- ❖ आठ लिक्षा बराबर एक यूका हुन्छ ।
- ❖ आठयुका बराबर एक यव[१९] हुन्छ ।
- ❖ आठ यव बराबर एक अङ्गुल हुन्छ ।
- ❖ चौबिस अङ्गुल बराबर एक हात हुन्छ ।
- ❖ पाँचहात बराबर एक पुरुष हुन्छ ।

यज्ञमा कस्तो आकार र कति कुण्डसम्म बनाउन सकिन्छ छ ?

यज्ञ गर्दा कुण्ड बनाउने नियमहरू अपनाएझै यज्ञको स्वरूपानुसार कुण्ड निर्माण गर्ने पद्धति छ । यस विषयमा शास्त्रले उल्लेख गरेको छः

शास्त्रमा *शताननो दशमुखो द्विमुखैकमुखस्तथा ।*
चतुर्विधो महाराज कोटिहोमो विधीयते ॥ भविष्यपुराण उ.पर्व १४२।४५ ।

कुण्डमण्डप सिद्धि अनुसार यज्ञका उद्देश्य अनुरूप १,२,५,९,१० र १०० कुण्डसम्म निर्माण गरेर कोटी हवन गर्न सकिन्छ । यज्ञको उद्देश्य अनुरूपका कुण्डका प्रकार र स्थान पनि निर्धारण गरिएको छ : यज्ञको उद्देश्य अनुरूपका हवनकुण्ड बनाउनुपर्छ । उद्देश्यअनुरूप गोलाकार, अर्धवृत्ताकार, योनिआकार, त्रिकोण आकार, कमलआकार, वर्ग आकार, पञ्चकोणीय आकार, षट्कोणीय आकार भएका कुण्ड

[१९]आठ वा बाह्र सस्यूँ बराबरको नापतौल ।

हुन्छन् । कुण्डमण्डपसिद्धिमा शास्त्रानुसारका कुण्डनिर्माण विधिको विधान गरिएको छ ।

उद्देश्यअनुरूप कुण्डका आकारप्रकार :
माथि चिन्तन गएिअनुसार कुन उद्देश्य लिएर हवन गरिँदै छ तदनुरूप कुण्डका आकार निर्माण रहन्छन् ।

- गोलाकार कुण्ड शान्तिका लागि निर्माण गरिएको हुन्छ ।
- अर्धचन्द्राकार कुण्ड कल्याणका लागि निर्माण गरिन्छ ।
- योनि आकारको कुण्ड सन्तानप्राप्ति र स्त्रीरोगको उपचारार्थ निर्माण गरिन्छ ।
- त्रिकोणीय आकारको कुण्ड शत्रुसँग विजय पाउनका लागि निर्माण गरिन्छ ।
- अब्ज(पद्म) वाकमलाकार कुण्ड स्वास्थ्य, शांति, धन, सकारात्मक परिणाम र वर्षादका लागि निर्माण गरिन्छ ।
- चारकुने कुण्ड हर चीजकालागि हुन्छ ।
- पञ्चकोणीय कुण्ड शत्रुले दिएको पीडाबाट शान्ति पाउनका लागि बनाइन्छ ।
- षटकोणीय कुण्ड शत्रु परास्त, उच्चाटन तथा मारणनिम्ति निर्माण गरिन्छ ।
- सप्तकोणीय कुण्ड मनोवैज्ञानिक विकार र भूत दोषको शान्तिका लागि निर्माण गरिएको हुन्छ ।
- अष्टकोणीय कुण्ड राम्रो स्वास्थ्य प्राप्तिका लागि निर्माण गरिएको हुन्छ ।

कुण्डमा नाभिविचार :

कुण्ड निर्माण गर्दा तान्त्रिक मतानुसार ओठ, कण्ठ र नाभि विधिसम्मत निर्माण गर्नुपर्छ । कुण्डकै मध्यभागमा चारअङ्गुल अग्लो, चारअङ्गुल चौडाई भएको कुण्डाकारकै नाभि हुनुपर्छ । शास्त्रले भनेको छ : *द्वयगुलोच्चास्मृता नाभिर्विस्तृता चतुरङ्गुलैः (बृहत्पराशरस्मृति)* यज्ञकुण्डको पश्चिम पट्टी पानको पात जस्तै बनाएको योनि र त्यसको नाभिनाल कुण्डको मध्यभागमा अवस्थित नाभिसम्म जोड्नुपर्दछ ।

- कुण्डमा नाभि रहेन भने बन्धुमा हानी हुन्छ ।
- नाभिको नापमा अधिक वा कम भएमा यजमानको नाश हुन्छ ।
- नाभि कुण्डको उदरमा रहन्छ ।
- यो अष्टदल आकारको कुण्डअनुरूपको हुनुपर्छ ।

योनि विचार

योनि कुण्ड बाहेक अन्य सामान्यतया सबै प्रकारका कुण्डको पश्चिमतिरको भागमा योनि बनाउनुपर्दछ । शास्त्रानुसार *वितस्तिमात्रा योनिःस्यात् षट् सप्ताङ्गुल विस्तृता बृहत्पराशरस्मृति* २७६ अनुसार योनि एक वित्ता लम्बाइ छ वा सातइन्च चौडा भएको भएको हुनुपर्छ ।

- योनिमा एक वित्ता लम्बाइ हुन्छ ।
- सातइन्च चौडा हुन्छ ।

वैदिककर्मका लागि वैदिक जन कुण्डमा योनिको आवश्यक्ताप्रति त्यति चासो राख्तैनन् । उनीहरू कुण्ड भने आवश्यक मान्दछन् । विशेषतःकाम्यकर्मका लागि कुण्डमण्डपको आवश्यक्ता रहन्छ । शारदातिलकमा *नित्ये नैमितिके होमे स्थण्डिले समाचरेत्* भनिए

अनुसार नित्य नैमित्तिकमा स्थण्डिल र कुण्ड जे भएपनि हुन्छ। काम्यकर्मकमा भने कुण्ड अनिवार्य छ।

कुण्डमा कण्ठ र ओठ

कोटीहवन पद्धति अनुसार कुण्डमा ओठ र कण्ठ अनिवार्य हुनुपर्छ भन्ने एक मत छ। उक्त मतानुसार कण्ठ र ओठबिनाको कुण्ड रहँदा पुत्रको नाश हुन्छ। अर्को एक मतानुनुसार कण्ठ राख्ता स्त्रीको नाश हुन्छ। हारितको मतानुसार कण्ठाधिक्ये भवेनाशः कण्ठाधिक्यमा नाश हुन्छ। कण्ठ पनि कुण्डाकारकै हुनुपर्छ।

हवनकुण्डका मेखलामा :

कोटीहवन पद्धति अनुसार दश मेखलासम्मको विधान छ। शक्तिसङ्गमतन्त्रानुसार एक, दुई, तीन, चार मेखलाको विधान छ। ईश्वरसंहिता र बृहद् ब्रह्मसंहितामा संक्षिप्तहवनमा एक मेखलाको विधान छ। जयाख्य संहितामा तीन मेखलाको विधान छ। बृहन्नालतन्त्रमा दुई मेखालाको विधान र शूद्रका लागि दुई र सङ्कर जातिले गर्ने यज्ञमा एक मेखलाको विधान छ। विशेषतः त्रिमेखलाको विधानको प्रसिद्धि छ। मेखला निर्माण गर्दा निकै साधान हुनुपर्छ। शास्त्रले भनेका छन् :

श्रृंगार रहिते यच्च कुण्डं जर्जरमेखलम्।
यजमानविनाशायप्रोद्धातः स्फुटिते भवेत्॥ मरणं यजमानस्यजायते छिन्न-मेखले। शोकस्तु मेखलोछाये मानाधिकरो भवेत्॥ हारीतः-

- मेखला छिन्नभिन्न हुनुहुँदैन।
- छिन्नभिन्न भएमा यजमानको नाश हुन्छ।
- मेखला अधिक र न्यूनभएमा व्याधि उत्पन्न र धननाश हुन्छ।
- मेखला शुङ्गारयुक्त हुनुपर्छ।

त्रिमेखलाका आकार र शृङ्गारको रङ्ग

- मेखला कुण्डकै आकारका छन्छन् ।
- पहिलो मेखला दुईअङ्गुलको हुन्छ र यसमा सेतो रङ्ग हुन्छ ।
- दोस्रो मेखला तीनअङ्गुलको हुन्छ र यसमा रातो रङ्ग हुन्छ ।
- तेस्रो मेखला चारअङ्गुलको हुन्छ र यसमा कालो रङ्ग हुन्छ ।

यज्ञका अन्त्यमा भगवान्प्रति गरिने निम्न प्रार्थनाभित्रको रहस्य

चतुर्भिश्च चतुर्भिश्च द्वाभ्यां पञ्चभिरेव च । हूयते च पुनर्द्वाभ्यां स मे विष्णुः प्रसीदतु ॥

चतुर्भि भनेको 'ओ श्रावय, फेरि चार अक्षर भनेको 'अस्तु श्रौषट्, दुईअक्षर भनेको 'यज, पाँच अक्षर भनेको 'ये यजामहे' र यस पछिको दुई अक्षर भनेको 'वौषट्' हो । यी अक्षरहरू लिएर हवने दिइने यज्ञपुरुष भगवान् मप्रति प्रसन्न हुनुहोओस् । यी अक्षरहरूको आहुति क्रममा निश्चित शृङ्खला हुन्छ । यज्ञका लगि ब्रह्मा, उद्गाता, होता र अध्वर्यु चार ऋत्विज नियुक्त गरिएका गरिएका हुन्छन् । त्यसमा वैदिक विधि अनुसार उद्गाता नाम गरेका ऋत्विगले 'ओ श्रावय' भन्ने चार अक्षरको प्रैष मन्त्र र अध्वर्युले 'अस्तु श्रौषट्' यो चार अक्षरवाला प्रत्याश्रवण मन्त्र पढेपछि ब्रह्माले 'यज'भनेर आज्ञा दिनासाथ होताले 'ये यजामहे' भन्ने पाँच अक्षरद्वारा प्रत्याश्रवण गरेपछि याज्या मन्त्र 'वौषट्' पढेर आहुति दिइन्छ ।

विविधप्रकरण

के कुरालाई केले शुद्ध बनाउँछ ?

अद्भिर्गात्राणि शुद्धयन्ति मनः सत्येन शुद्धयति ।
विद्या तपोभ्यां भूतात्मा बुद्धिर्ज्ञानेन शुद्धयति ॥ मनु ५।१०६

पानीले शरीर, सत्यले मन, विद्या र तपस्याले जीवात्मा ज्ञानले बुद्धि शुन्छ ।

कुनै पनि काम गर्दा सोच्नुपर्ने

कः कालः कानि मित्राणि को देश : कौ व्ययागमौ
कश्चाऽहं का च मे शक्तिरिति चिन्त्यमुहुर्मुहुः ॥

समय, मित्र, देश स्थान, आयव्यय, र आफ्नोक्षमता हरेक काम गर्दा सोचिरहनुपर्ने कुरा हुन् ।

दियो कता फर्काएर बाल्ने ?

दीपो देवालये प्राच्यां श्राद्धे वै दक्षिणा मुखः ।
प्रमादाद् व्यत्ययं कर्ता प्रायाश्चितं समाचरेत् ॥

आयुदःप्राङ्मुखो दीपो धनदःस्याददुद्ङ्मुखः।
प्रत्यङ्मुखो दुःखादोषौ हानिदेदक्षीणामुखः॥

देवालयमा पूर्व, श्राद्धमा दक्षिण फर्काएर दियो बाल्नुपर्छ । यसमा मिलाइएन भने प्रायश्चित गर्नुपर्छ । पूर्व फर्काएर बाल्दा आयु, उत्तर फकाएर बाल्दा धन,पश्चिम फर्काएर बाल्दा दुःख र दोष प्राप्त हुन्छन् भने दक्षिण फर्काएर बाल्दा हानी हुन्छ ।

यात्रा गर्दा ध्यान दिनुपर्ने :

आफ्नो जन्म नक्षत्रमा, बाबुछोरा र सबै दाजुभाइ, चार महिला, तीन ब्राह्मणसँगै एकै पटक हिँड्नु हुँदैन ।

यात्रामा निस्कँदा पढ्ने मन्त्र

गच्छ गौतम शीघ्रत्वं ग्रामेषु नगरेषु च ।
आसनं भोजनं शय्यां स्थानं मे परिकल्पय ॥

घर फर्कन नहुँने दिन

नौ महिना, नौ दिनमा घर फर्कनु हुँदैन ।

यज्ञमा पूजाक्रम

ह्यपूज्यायत्रपूज्यन्ते पूज्यानां च व्यतिक्रमः ।
त्रिणि तत्रप्रवर्तन्ते दुर्भिक्षं मरणं भयम् ॥

पूजामा अपूज्यलाई पूजा गरियो भने, जसलाई पहिला गर्नु हो त्यसलाई छोडेर गरियो भने र क्रमबिना पूजा गरियो भने भय, दुर्भिक्ष र मरण प्राप्त हुन्छन् ।

बेलपत्र टिप्ने मन्त्र :

अमृतोद्भवश्रीवृक्ष महादेवप्रियः सदा ।
गृह्णामि तव पत्राणि शिवपूजार्थमादरात् ॥

आशीर्वाद दिने मन्त्रहरूः

१. स्वस्त्यस्तुते कुशलमस्तु चीरायुरस्तु ।
गोहस्तिवाजि धनधान्य संवृद्धिरस्तु ॥
ऐश्वर्यमस्तु विजयस्तु रिपुक्षयोऽस्तु ।
सन्तान वृद्धिसहितं हरिभक्तिरस्तु ॥१॥

२. निवसतु तवगृहे निश्चलासिन्धुपुत्री ।
प्रविशतिभूजदण्डे कालिका वैरिहन्त्री ॥
तववदनसरोजे भारती भातु नित्यं ।
नचलतु तवचित्ते पादपद्मं मुरारी ॥२॥

३. लक्ष्मीस्ते पङ्कजाक्षी निवसतु भवनेभारती कण्ठदेशे ।

वर्धन्तावन्धुवर्गा सकलरिपुगणा यान्तुपातालमूले ॥
देशे देशे च कीर्ति प्रसरतु भवतां कुन्द पुष्पेन्दुशुभ्राः ।
जीवत्वं पुत्रपौत्रैः सकलसुखयुतैहायनानंशतैश्चः ॥३॥

दशैँ विशेषमा दिइने आशीर्वाद

१. आयुर्द्रोणसुते श्रीयं दशरथे शत्रुक्षयं राघवे ।
ऐश्वर्यं नहुषे गतिश्च पवने मानञ्च दुर्योधने ॥
दानं सूर्यसुते बलं हलधरे सत्यञ्च कुन्तिसुते ।
विज्ञाने विदुरे भवतु भवतां कीर्तिश्च नारायणे ॥४॥[२०]

२. आयुः कीर्तिसुता श्रीयंच कमला शत्रुक्षयं कालिका ।
ऐश्वर्यं गिरिजा सीतापतिव्रता मानं सदा शारदा ॥
वाणि मध्यम कोकिला मधुरता नित्यंप्रियं लापिनी ।
सौभाग्यं भव रुक्मिणी हरिसदापूर्णाशिषाः सर्वदा ॥५॥ त्रिकालदर्शी

[२०] महाभारत

वास्तुप्रकरण

निस्कनै लागेको '**वास्तु विशेष**' पुस्तकमा सङ्गहित आवश्यकीय वास्तुका कुराहरू यस पुस्तकमा समावेश गरेको छु । यस पुस्तकका पाठकलाई अलिकति भए पनि वास्तु सम्बन्धी जानकारी होस् भन्ने चाहनाले नै यो छोटो चिनारी राखेको हुँ ।

प्रसादो मण्डपश्चैव विनाशास्त्रेण यः कृतः ।
विपरीतं विभागेषु, योऽन्यथा विनिवेशयत् ।
विपरीतं फलं तस्य, अरिष्ट तु प्रजायते ।
आयुर्नाशो मनस्ताप : पुत्रनाशः कुलक्षय ॥   शिल्परत्नाकर -

विनाशास्त्रेण य कृतः शास्त्रले भनेको कुराभन्दा बाहिर गएर घर, मन्दिर, पसल, भवन, नगर गाउँ आदिको निर्माण गरियो भने त्यहाँ अनिष्ट हुन्छ । लापर्बाही किसिमले कुनै पनि कुराको निर्माण गरियो भने त्यो वास्तुविज्ञानको विपरीत हुनसक्छ र त्यसले आयु, धन, सन्तानमा हानी हुनसक्छ । त्यतिमात्र होइन कुलको क्षय, मनमा भय र चिन्ता पनि बढिरहन्छ । शास्त्रहरूले व्यावहारिक अभ्यास र आत्मिक अनुभवद्वारा प्राप्त भएका वैज्ञाानिक निष्कर्षहरू दिएका हुन्छन् त्यसैले शास्त्रीय कुराहरू कहिल्यै मिथ्या हुँदैनन् ।

हामीले निर्माण गर्ने घर, भवन, फेक्ट्री नगर, गाउँ जे सुकै हुन् ती सबै वास्तुशास्त्रले तोके बमोजिम बनाउन सकियो भनेमात्र सुख, शान्ति, आनन्द र सन्ततिवृद्धि हुन्छ । यसैका लागि वास्तुको आविर्भाव भएको हो ।

यो वास्तु परम्परागत र रूढिवादको विषय होइन । यो प्राचीन विज्ञानको एक उदाहरण हो । त्यत्तिकै घरको बत्तीको मिटर राख्ने ठाउँ र खाना बनाउने कोठा घरको आग्नेय कोणमा बनाउनु भनिएको होइन । यसभित्र गहिरो वैज्ञानिक रहस्य रहेको छ । त्यस्तै पानीको लागि निर्माण गरिने हरेक कुरा इशानतिर तयार गर्नुको पनि

कारण छ। यसै गरी सुत्दा पूर्व वा दक्षिण सिरान बनाउनुको पनि रहस्य छ। त्यत्तिकै विना कारण कुनै पनि कुरा लेखिएको छैन। प्रभातकालमा परावैजनी किरणहरू पूर्वतर्फबाट प्रवेश गर्छन्। विस्तारै हावाको गतिले त्यसलाई पश्चिमतिर लिएर जान्छ। यसरी परावैजनी किरण र सौर्य उर्जा घरभित्र प्रवेश गर्दछ त्यसैले पूर्व फर्किएको घर बनाउनु र पूर्वतिरनै मूल ढोका बनाउनु भनेको हो।

त्यतिमात्र होइन पृथ्वीले सूर्यलाई प्रदक्षिणा गर्दा पूर्वबाट दक्षिणको मार्गबाट परिक्रमा गरिरहेको हुन्छ। त्यसैले आग्नेयकोणमा सबैभन्दा बढी समय उक्त सूर्यकिरणहरू रहन पाउँछन्। यस भागबाट हामीलाई भीटामीन डी र एफ प्राप्त भइरहन्छ। नकारात्मक उर्जा नासिएर सकारात्मक उर्जा प्रवर्द्धन त हुन्छ नै त्यसभन्दा पनि महत्वपूर्ण कुरा त यसरी सूर्यका परावैजनी किरण धेरैवे यो भागमा रहँदा पाकघरमा रहेका खाद्यपदार्थहरू पनि शुद्ध बन्दछन्। सबैभन्दा बढी समय सूर्य किरणहरू यसै भागमा रहिरहनाले किटाणुहरूको विनाश पनि हुन्छ। यी विविध कारणहरूले आग्नेय दिशा खाना बनाउने कोठा बनाइएको हो। यो कुरा व्यावहारिक विज्ञानमा आधारित छ।

दक्षिण पश्चिमको तुलनामा पूर्व उत्तरको भाग होचो हुनु राम्रो हो भन्नुको पनि वैज्ञानिक कारण यही नै हो। जब पूर्वमा घामका प्रथम परावैजनी उपयोगी किरणहरू भूमिमा पर्न थाल्दछन् तब विस्तारै पृथिवीले सूर्यलाई परिक्रमा गर्ने क्रममा सूर्य किरणहरू विस्तारै दक्षिणतर्फ बढ्दै जान्छन्। गहिरोबाट उकालोतर्फ चढ्दै किरणहरू फैलन थाल्छन् । यसो हुँदा लाभकारी पनि हुन्छ। अर्थात् पूर्व उत्तर होचो छ र दक्षिण पश्चिम अग्लो छ भने सहज परिवेश सिर्जना हुँदै जान्छ। यसरी पूर्व उत्तरबाट दक्षिण पश्चिमतिर सूर्यका किरणहरू विस्तारै सक्रिय हुँदै अगाडि बढ्छन्। यतातिर सूर्य किरणहरूको तिव्रता पनि हुन्छ। दक्षिणतिर सूर्यको ताप र राप दुबै हुने भएकाले यस दिशाको घरको गाह्रो पनि अलि बाक्लो लगाउनुपर्छ।

वास्तुले उल्लेख गरे अनुसार घरको भऱ्याङ्ग पनि यतैपट्टि बनाउनुपर्ने भएकाले पनि बाक्लो वा मोटो गाह्रो बनाउँदा सिँढीको भार पनि यसले राम्ररी थेग्न सक्छ। त्यतिमात्र होइन घरको यस दिशामा गह्रौं सामानहरू राख्नुपर्छ। गह्रौं खाले सामान वा मेशिनरी सामानहरू यतै राख्नु भनेर वास्तुले निर्देशन गरेको छ। वास्तुका अनुसार ताता र रापिला सूर्यका किरणहरू ती गह्रौं सामान र बाक्लो गाह्रो छिचोलेर जाँदा धेरै शीतल बनेका हुन्छन्। यस कारणले गर्मी याममा गर्मीबाट बच्न सकिन्छ। यसरी गर्मीबाट त बच्न सकियो त्यसरी नै जाडो याममा पनि गह्रौं सामान र बाक्लो गाह्राका कारण यो कोण सधैं न्यानो रहिरहन्छ। यस दिशामा कम झ्याल र सानो आकारका झ्यालहरू राख्नको कारण पनि यही हो।

गर्मीमा बढी तापयुक्त हावा घरभित्र प्रवेश नगरोस् र जाडोमा बढी शीतयुक्त हावा नपसोस्। जमीनको बनोटदेखि घर बनाउने क्रमसम्म व्यावहारिक रहस्यसम्म पुगेर वास्तुले वैज्ञानिक निष्कर्ष प्रस्तुत गरेको छ। व्यावहारिक वस्तु तत्थ्यदेखि अनुभवतत्थ्यसम्म पुगेर वास्तुशास्त्रमा वैज्ञानिक महर्षिहरूले सिद्धान्त निर्माण गरेका छन्। यही कारणले हामीले यस निष्कर्षलाई वेवास्ता गर्नुहुँदैन। आग्नेय दिशा खान बनाउने ठाउँका लागि उपयोगी छ। केही नलागे पश्चिमतिर पनि मिलाउन सकिन्छ। पाकशाला नैऋत्यमा धेरै अशुभ मानिन्छ।

घर बनाउने व्यक्तिले सर्वप्रथम आफूले घर बनाउने ठाउँको भूमीलाई परीक्षण गर्नुपर्छ। यसका लागि ऋषमहर्षिहरूले बर्षौ लाएर खोज अनुसन्धान गरेका छन। उनीहरूले पत्ता लाएर संरक्षित गरेका कुराहरू अहिले हामीहरू प्रयोग ल्याइरहेका छौं। उनीहरूसँग बुद्धि भन्दा माथिको विवेक तत्व अधिक थियो र ज्ञानको मात्रा पनि अधिक थियो। त्यसैले हाम्रो सामान्य सोच भन्दा परके कुरालाइ हाम्रा अगाडी राखिदिए तर हामीले हेर्दा एकदम सामान्य जस्तो पनि लाग्न सक्छ। सूक्ष्म भन्दा सूक्ष्म कुराहरूलाइ उनीहरूले देखे - स्वाद लिए अनि रहस्य खोलिदिए। भूमीमा उम्रिएको घाँसलाइ हेरेर, माटोको रसिलोपनलाइ नियालेर,

माटोको रङ्ग देखेर, चाखेर त्यसको स्वादको रस थाहा पाएर माटोको महत्व र वर्ग छुट्याएका छन। हिजो आज बीचमा बाटो निकालेर - डोजरले जमीन सम्याएर हेर्न लायक बनाउने चलन बढेको छ। यसरी राम्रो बनाउँदैमा त्यो जमीन बस्नका लागि लायक हुन्छ भन्ने कुरा होइन। भूमी घर बनाउनका लागि कत्तिको उपयोगी छ वास्तु शास्त्रले दिएको निष्कर्ष नै उपयोगी हुन्छ। किनभने भूमिका लागि यति गहिरो अनुसन्धान र खोज अरू प्राच्य वैदिक शास्त्रबाहेक कतै छैन।

वास्तुशास्त्र अनुसार भूमिका प्रकारहरू :

सुगन्ध, रङ्ग, रस र पलाएको घाँसलाइ हेरेर वास्तुशास्त्रमा भूमीलाइ चार भगमा वर्गीकरण गरिएको छ। शास्त्रले भुमिलाई ब्राह्मण, क्षत्रि, वैश्य र शूद्र गरी चारवर्णमा राखेर हेरेको छ।

१. **ब्राह्मण भूमि** भनेको मीठो वास्ना आउँने सेतो रङ्ग भएको कमेरो रङ्ग भएको मधुर रस भएको कुश र घाँस उम्रिएको भूमि हो।

२. **क्षत्रिय भूमि** भनेको रक्तगन्धा रातो रङ्ग रहेको कषब्य रस भएको चिम्ट्याइलो मुक्क्षु घाँस कलकारखाना उद्योगधन्दका लागि उत्तम भएको भूमि हो।

३. **वैश्य भूमि** भनेको सस्य गन्ध (धानको जस्तो गन्ध) हिरियो मिसिएको रङ्ग केही पहेँलो पनि अमिलो रस भएको कुश र काँस उम्रिएको भूमि हो।

४. **शुद्र भूमि** भनेको मद्यगन्ध कालो रङ्ग भएको तीतोपन आउने धेरैखाले झार पलाएको निक्कै कडा भूमि हो। हेर्दा नै उराठ लाग्दो स्कुल र शिक्षाका लागि उत्तम कामदारका लागि कल्पद्रुममा लेखिएको छ **सुगन्धा ब्राहणी भूमि रक्तगन्धा च शुद्रिका** घर बनाउनका लागि क्रमशः उत्तम ब्राहण भूमि अद्यम शुद्र भूमि अन्य मध्यम हुन्छन्।

उक्त भूमिहरूमा निस्कने उर्जा नै भिन्न छ त्यसैले गन्ध रस र घाँस समेत भिन्न भिन्नै भएका हुन्। यसरी नै घर बनाउने जग्गाको आकारले पनि प्रभाव पारेको हुन्छ।

जग्गाको आकारले घरमूली र उसका व्यवसाय र घर परिवार आदिमा पुऱ्याउने प्रभावका बारेमा पनि खोज कर्ता महर्षिहरूले धेरै तथ्यहरू फेला पारे यही तथ्यलाई आज हामी शास्त्रीय धार बनाइरहेका छौं। वास्तु विज्ञान कल्पना होइन तत्थ्य र वस्तुगत कुरा हो यथार्थलाई आत्मसात गर्नु मानवको कर्तव्य हो। घर बनाउने ठाउँहरू साँगुरिदै गएका छन्। जतिसुकै सानो वा ठूलो ठाउँ भएपनि त्यसको लम्वाइ चौडाइका आकार त हुन्छन नै।

कुनै जमीन चतुष्कोण मिलेको होला, कुनै जमीन बढी लम्बाइको होला त्यस्तै कुनै जमीन चौडाइ फराकिलो भएको होला। यसरी नै एकातिर फर्केको अर्कातिर सुकेको पनि होला इत्यादि सबै खाले घडेरीका जमीनको आफ्ना आफ्नै महत्व र विशेषता हुन्छन। हाम्रो जीवन त्यही विशेषता र गुणले प्रभावित हुन्छ। यही कारणले आफू बस्नका लागि बनाउने घर उचित आकारको मीनमा बनाउनु पर्छ।

भूमिका आकार र प्रभावहरू:

घडेरीका लागि तयार पारिएका घडेरी जमिनका वर्गाकार, आयातकार, गोलाकार, अष्टकोणीय, षटकोणीय, त्रिकोणात्मक, रथाकार, तबलकार, कुम्भाकार, अण्डाकार, मुसलाकार, मृदङ्गाकार, धनुषाकार, कुइनाकार(एलाकार), भुपाकार, अर्धवृत्ताकार, चुच्चाकार, त्रिशुलाकार आदि अनेक आकारप्रकारहरू रहेका हुन्छन् । उक्त आकारप्रकारका प्रभावहरू अलगअलग रहन्छन् त्यसैले जमिनको आकार हेररेमात्र घर बनाउन तयार हुनुपर्छ। यिनीहरूमा :

१६७ :

१. लम्बा चौडा बराबर भएको चतुष्कोण युत्त जमीन रहेको घडेरीको जमिनलाई **वर्गाकार** जमिन भनिन्छ। यस्तो ठाउँमा घर बनाउनका लागि उपयोगी मानिएको छ। यसले शरीर पुष्टि गर्नुका साथै सुखद अनुभुति र धन आगमन हुन्छ।

२. चतुष्कोण छ तर लम्बाइ लामो छ वा चौडाइ लामो छ भने **आयातकार**को जमिन हुन्छ। यस्तो जमिन धन दाता र सुखदाता भूमि हुन्छ। यसमा लम्वाइ वा चौडाइ सम रेखा कै हुनुपर्छ। एकातिर सुकेको एकातिर फुकेको हुनुहुँदैन। कोणहरू सम हुनुपर्छ।

३. **गोलाकार** भूमि घरजम गरेर बस्नका लागि शुभ मानिन्छ। यस्तो जमीनमा घर बनाउँदा जमीको कारणबाट समस्या भोग्नु पर्दैन।

४. झट्ट हेर्दा गोलो जस्तो तर आठ ठाउँमा चोसा परेको छ भने यो जमीन **अष्टकोणीय** हो।यस्तो जमीन सुख कारक हुदैन। बारम्बार समस्यामा परि रहन्छ।

५. झट्ट हेर्दा झन्नै गोलो देखिए पनि छठाउँमा कोणहरू रहेका छन भने त्यस जमीनलाइ **षटकोणीय** जमीन भनिन्छ। छ कोण युक्त जमीन शुभदायक हुन्छ। त्यस्तो जमिनमा घर बनाउँदा आफुमा आइपर्ने संकटहरूलाइ सहजै हटाउन सकिने परिवेश सृजना हुन्छ।

६. झट हेर्दा अंग्रेजीको भी अक्षरको आकार देखिने तिनकुने जमीनलाई **त्रिकोणात्मक** जमीन भनिएको हो। यस्तो जमीनमा घर बनाउँदा घर मालिकलाई अनेक थरी झमेलाहरू आइदिन्छन। यस्तो जमीनलाई गृहनिर्माणका लागि शुभ मानिदैन यस्ता ठाउँमा अपिस, स्कुल उद्योग खोल्न सकिन्छ तर वास्तुदोष हटाएर मात्र।

७. दाँया वाँया सम रेखामा रहेको अगाडि वा पछाडि चुच्चो बढेको जमीनलाई **रथाकार** जमीन भनिन्छ। यस्तो जमीन पनि गृहनिर्माण्का लागि उपयोगी हुँदैन । अशुभदायक नै हुन्छ ।

८. कचौरा जस्तो अगाडि फराक पछाडि साँगुरिएको भूमिलाई **तबलकार** भनिन्छ। यस्तो जमीनमा घर बनाउन उपयोगी मानिदैन। कीर्तिको नाश हुन्छ।

९. घैला जस्तो आकार भएको घडेरीलाई **कुम्भाकार** भनिएको हो ।

१०. गोलो भइकन पनि केही लाम्चो आकारको जमीनलाई **अण्डाकार** जमीन भनिन्छ। यस्तो खाले जमीन पनि बस्नका लागि उपयोगी हुँदैन धन र स्वास्थ्यमा हानी पुग्ने हुँदा यस्तो जमिनमा सकेसम्म आवासगृह नबनाउनु नै राम्रो हुन्छ।

११. झट हेर्दा मुसल जस्तो देखिने घरेडीलाइ **मुसलाकार** घरेडी भनिन्छ। आवासको लागि यो भूमि पनि योग्य छैन। झन्झट र समस्याहरू बेहोरिरहनु पर्छ बनाउनै पर्ने भए तामाको तारले कोणवेध गरेर दोस हटाएर मात्र बनाउनु राम्रो हुन्छ।

१२. झट हेर्दा मादलको जस्तो आकार देखिने भूमि **मृदङ्गाकार** भूमि हो। यस्तो भूमिमा तपस्वी, साधु विरक्तहरू बस्न उपयोगी हुन्छ। सामान्य गृहस्थका लागि उपयोगी हुदैन। आवास बनाए महिलावर्गमा समस्या आइरहन्छ।

१३. धनुषझैं आकार रहेको भूमि **धनुषाकार** भूमि हो। यस्तो भूमि गृहस्थका लागि उपयुत्त हुँदैन। सेनाहरूलाई राख्नका लागि वा विद्यालय बनाउनका लागि भने राम्रै हुन्छ।

१४. अंग्रेजी अक्षरको एल आकार वा कुइनोको आकार देखिने घरेडी **एलाकार वा कुइनाकार** हो। गृहस्थका लागि यो जमीन पनि उत्तम मानिँदैन बनउनै परे कोणबेध गर्नुपर्छ। यस्तो जमीनमा

घर हुँदा चौपाया र अचल सम्पत्तिको विनाश हुन्छ भन्ने वास्तुशास्त्रीय मान्यता छ ।

१५. भुप भनेको नाङ्लो हो तर भुपाकार घडेरी भनेको आधा नाङ्लोको आधा भाग जस्तो भूमि हो, अर्धवृत्त भै समान रेखामा रहेको भूमि हो । यस्तो भूमि गृहनिर्माणका लागि उत्तम मानिन्छ । जता पटि सम रेखा छ त्यतै मुख पारेर घर बनाउन राम्रो मानिन्छ

१६. गोलोमा आधा भएको जमीन **अर्धवृत्ताकार** जमीन हो । पूर्व वा उत्तर फर्केको भए यस्तो जमीनमा घर बनाउन सकिन्छ अन्यत्र फर्केको भए दोष निवारण गर्नु राम्रो मानिन्छ ।

१७. चराको चुच्चो जस्तो आकार भएको भूमिलाई **चुच्चाकार** जमीन भनिन्छ । चुस्स निस्किएको त्यो चुच्चो ईशानतर्फ छ भने त शुभ हुन्छ अन्यत्र भए अशुभ हुन्छ । कोण वेध गरेर मात्र गृह निर्माण गर्नुपर्छ ।

१८. त्रिशुलको जस्तो आकार भएको भूमिलाई **त्रिशुलाकार** जमीन भनिन्छ । यस्तो जमीनमा घर बनाउँदा पनि बिचार पुऱ्याएर वास्तुविद्सँग सल्लाह गरेर मात्र निर्माण गर्नुपर्छ ।

✠ ✠ ✠

केको नजिक र कस्तो ठाउँमा घर बनाउनु हुँदैन ?

- मन्दिर देवालय, पाटीपौवाको नजीकमा बनाउनुहुँदैन ।
- अग्निपुराण अनुसार ब्रह्माको मन्दिर पछाडि जैन मन्दिरको पछाडि, विष्णु, सूर्य, शिव मन्दिरको पछाडि देवी आदि अन्य मन्दिरको वरिपरि बनाउनु हुँदैन ।
- कुनै पनि मन्दिरको ५० मिटर टाढा हुनुपर्छ । मुख्यद्वारको अगाडि हिलो हुनु हुँदैन ।
- घरको पूर्व, उत्तर, ईशानकोणमा अग्लो चट्टान, पत्थर वा खम्बा हुनुहुँदैन । घर वा जमीनको नजीक नजीक दक्षिण वा पश्चिम दिशातर्फ नदी पोखरी जलाशय, नहर रहे दोषपूर्ण मानिन्छ ।
- जमीन वा त्यसमा बनाएको घरको मूल ढोकाको सामुन्ने रूख, पर्खाल खम्बा घरको कुना, खाल्डो, इनार, हिलो, चिहान, मन्दिर, लामो गल्ली, भए दोषपूर्ण मानिन्छ ।

कस्तो स्थानमा घर बनाउन उत्तम हुन्छ ?

- दक्षिण र पश्चिमतिर अग्लो भएको ठाएँ राम्रो हुन्छ ।
- उत्तरपूर्व होचो भएको राम्रो हुन्छ ।
- उत्तरपूर्व किनाराभन्दा दक्षिणपूर्व किनारा अग्लो भएको छ भने उत्तम हुन्छ ।
- उत्तरपूर्व सबैभन्दा होचो, पश्चिमभन्दा पूर्व होचो, उत्तरभन्दा दक्षिण होचो, दक्षिणपश्चिम अग्लो, उत्तरपूर्व होचो भएको जमिन घरका लागि उत्तम हुन्छ ।

घरको स्वरूप(नक्सा) बनाउदा केकस्ता कुरामा ध्यान दिने ?

- पूर्वउत्तर मूल गेट मूल ढोका तर आमने साम्ने पार्नु हुँदैन। झ्यालढोका पूर्वउत्तरमा बढी हुन्। ढोकाहरू भित्रतिर खोलिने हुनुपर्छ।
- दक्षिण वा पश्चिमतिरबाट भऱ्याङ्ग उत्तरपूर्व हेर्दै चढ्ने गरी बनाउनुपर्छ।
- घरका झ्यालढोका आमनेसामने पर्ने गरी राख्नुहुँदैन।
- टुबेल, इनार, पानी ट्याङ्की ..भऱ्याङ्ग, मूल गेट, मूल ढोका अगाडि नपारी ईशान कोणको दायाँ वा वायाँ पट्टि बनाउनुपर्छ।
- शाौचालय नैऋत्य कुनाको दायाँ वा वायाँ पट्टि बनाउनुपर्छ। ढोका उत्तर वा पूर्वतिर ढोका खुल्ने गरी होस्। यसको ढोकासँग अरू ढोका देखिनु हुँदैन।
- खाना बनाउने कोठा आग्नेयमा हुनुपर्छ। त्यहाँ पटक्कै भएन भनेमात्र पश्चिमतिरको आग्नेय कुनामा पूर्वफर्किएर पकाउने गरी बनाउनुपर्छ र हात धुने पानी पूर्व या उत्तर फर्किएर धारा खौल्न सकियोस्। भान्साको ढोका पूर्व उत्तम हुन्छ।
- घरको मेनस्वीच विद्युतका सप्लाइ घरको आग्नेयतिर राख्नुपर्छ।
- भुईं तलामा वारपार ढोका नराख्नु। राख्नै परे दायाँ वा वायाँ पार्नुपर्छ।
- पूर्व, उत्तर र ईशानमध्ये एक कोठालाई पूजाकोठा बनाउनुपर्छ। यिनीहरूमा इशानकुनाको कोठा उत्तम हुन्छ।
- कुनै ढोका घरको कुनैमा पर्ने गरी ढेसेर बनाउनुहुँदैन।

शौचालयका लागि

शुभस्थान	अशुभस्थान
नैऋत्य	पूर्व र पश्चिम
दक्षिण र नैऋत्यको बीच	इशान र उत्तर
वायव्य	आग्नेय
वायव्य पश्चिम बीच	
नैऋत्य वा दक्षिणमा उपयुक्त	

शयनकक्षका लागि

घरमा सुत्ने कोठाको विशेष महत्त्व हुन्छ । हाम्रो मस्तिष्क प्रकृतिका दश दिशाबाट आएका उर्जाबाट जागृत हुन्छ । सहज उर्जा जताबाट आउँछ त्यतैतिर शिरान बनाएर सुतेको खण्डमा शरीर र मस्तिष्क स्वस्थ हुन्छन् । यसका लागि कसले कतातिर शिरान बनाएर सुत्दा राम्रो हुन्छ । निम्न संकेत हेर्न सकिन्छ ।

कसका लागि	कताको कोठा र कता शिरान ?
घरमुली	नैऋत्य कोठा (पूर्वउत्तर खाली राखेर पलङ्ग राख्ने र दक्षिण शिरान बनाएर सुत्ने ।
बालबच्चा	उत्तर या पूर्वको कोठामा पूर्व शिरान बनाएर सुताएमा प्रतिभावान् बन्दछन् ।
युवतीको विवाह ढिलो भए	वायव्यको कोठामा सुताउने विवाह छिटो हुन्छ । यो पाउना सुताउने कोठा हो ।
जेष्ठ पुत्र	दक्षिणको कोठामा पूर्व वा दक्षिण शिरान गरेर सुत्ने । यहाँ जिम्बेबारी बोध हुनेहुन्छ ।

घरको कुन दिशामा के राख्ने भन्ने कुरा घर बनाउनु अगाडि नै निम्नानुसार तय गर्ने अनि मात्र नक्सा बनाउने ।

पूर्व - इनार, पूजा, मूल ढोका, दराज, फूलबारी ।

ईशान- जमिनमा इनार, घरभित्र पूजाकोठा, साधनास्थल । अध्ययनकक्ष, बालबालिका र अबिबाहित सुत्ने कोठा ।

आग्नेय - विद्युत स्वीच, भान्सा कोठा ।

दक्षिण- सुत्ने कोठा, बगैंचा, रूख विरुवा ।

नैऋत्य - भण्डार, घरमूलीको शयन कक्ष, शौचालय ।

पश्चिम - शौचालय,पानीट्याङ्की, ठिक्कका रुखहरू ।

वायव्य - बैठक कोठा सभाहल, गह्रौं सामानको भण्डार ।

उत्तर - इनार, तलाउ, दराज, ध्यान कोठा, मनोञ्जन कोठा ।

✠ ✠ ✠

स्वरचित भजनप्रकरण

धर्म र कर्म

कर्म नै धर्म हो धर्म नै कर्म हो । धर्म या कर्म होस् सत्यकै मार्ग हो ।

सृष्टि नै कर्मको उच्च उद्‌गार हो यो जगत जीव नै धर्मको सार हो ।
सत्य अमृत हो सत्य आनन्द हो सच्चिदानन्दको ज्ञान आधार हो ।।१

धर्म होस् कर्म होस् ज्ञानकै मूल हो होसको काम नै ब्रह्मको ध्यान हो ।
कर्ममा धर्मको मर्म त्यागिन्छ त्यो कर्म हुन्न सही धर्मको नास भो ।।२

कर्ममा धर्मको धर्ममा सत्यको सत्यमा ज्ञानको ज्ञानमा ध्यानको ।
ध्यानमा तत्वको खोज नै कर्म हो कर्मसंस्कारको वेद नै धर्म हो ।।३

✠ ✠ ✠

जीवन

जीवन केवल आस भरोसा आखिर सबको सास भरोसा ।।
मै हुँ भनिकन हुन्छ चिनारी सास हो केवल खास भरोसा ।।.१

सास भरिको आस रहेछन् दुःखसुख यसकै पाश रहेछन् ।
रूप लिई दश कर्म उसैका जीवन उसकै पास भरोसा ।।२

हर्दम बाहिर भित्र गरेर जन्म मरणको चक्र रचेर ।
लिला उसको जीवनचक्र प्राणी जगको सास भरोसा ।।३

मानव हो सुन सास रहुञ्जेल धड्कन चल्दछ साथ छउञ्जेल ।
निस्केपछि यो जीवन चक्र टुटिगो नाता छैन भरोसा ।।४

✠ ✠ ✠

जीवन सुधारौं

जीवन सुधारौं जीवन सुधारौं हृदयको मैलो धोई जीवन सुधारौं ॥

काम क्रोध लोभ मोह जीवन बिगार्ने
चिन्तनमनन साधना हुन् जन्म सुधार्ने
तेरोमेरो भन्नु सबै अज्ञानैको घेरो
हृदयको मैलो बाँकी रहुञ्जेलको फेरो ॥१

को हौँ हामी आयौँ किन के हो जीवन सार
किन घुम्छ जन्ममृत्यु चक्र बारबार ।
सतसङ्गत र साधनाले उत्तर आफैँ खुल्छन्
अन्तरज्ञान नखुलेमा संसारमै भुल्छन् ॥२

चौराशीमा मानव चोला मिल्छ एक बार
मौका छँदै बुझ्नुपर्छ सत्कर्मको सार ।
कर्म भित्रै धर्म हुन्छ धर्म भित्रै हंस
सर्वव्यापि परमात्मा उसैको म अंश ॥३

✠ ✠ ✠

जीव हुँ

जीव हूँ एक म ईश्वर अंश सोऽहं सोऽहं भित्र छ हंस ॥
जीव अविनाशी जगत विनाशी केवल आत्मा अमृत राशी ॥

नश्वर देहको भित्र बसेर नाना रङ्ग प्रपञ्च रचेर
भो भो जीवन नष्ट नपारौँ जानु छ पारी जीवन सपारौँ ॥१

आखिर यो जग देहको नाता जीव छँदाको के छ उताको
पाप र पुण्य सँगमा जान्छन् स्वर्ग नरकका बाटा बन्छन् ॥२

जानु छ पारि आज छ मौका ज्ञान र भक्ति दुइ छन् नौका
कर्म सुधारी कन उही अंशी सँग अब जाऊँ मिलाई हंसी ॥३

✠ ✠ ✠

व्यापकता

म को हुँ मलाई अझै थाह छैन लता वृक्ष, पक्षी म आफैँ त हैन ?
घुमेँ लाख चौरासीका योनिभित्र कति सन्तति छन् कति इष्टमित्र ?

अरे सन्ततिमा छ मेरै त अंश तथापि म एकै रहेको छु हंस ।
छु यात्री म एक्लो हजारौँ छ भीड सबैको अआफ्नै कहानी विचित्र ॥१

कसैको यहाँ छैन कोही पराई तर भोग्नुपर्ने छ आफ्नै कमाई ।
छ कस्तो विधिको विधि संविधान न ठूला न साना सबै छन् समान ॥२

न नाता कुटुम्बी कुनै साथ जान्छन् न आउँदा हातमा केही हुन्छन् ।
छ केवल उही पूर्व प्रारब्ध कर्म निभाऊँ सबैले अआफ्नो स्वधर्म ॥३

✠ ✠ ✠

जीवन बोध

क्षणपल हर्दम मर्दछ देह नश्वर जीवन जीव विदेह ॥

इन्द्रिय बलले मन चञ्चल यो भ्रमले बुद्धि पथ विभ्रम भो ।
चित्त छ बाहिर भित्र अँध्यारो कसरी मिल्दछ ज्ञान उज्यालो ॥१

अन्तर दृष्टि नखुले सम्म म हूँ मपाइँ बढ्दछ दम्भ ।
लौन गरौँ अब आत्मचिनारी संयम मनले ज्ञान विचारी ॥२

आखिर जीवन प्राण रहुञ्जेल मोह र माया देह छउञ्जेल ।
जानु छ पारि तोडी बन्धन् ईश्वरमात्रै साथ रहन्छन् ॥३

ज्ञान बहन्छन् गुरु मुख धारा । भ्रम शङ्का दुःख हट्छन् सारा ।
प्यून सकेमा ज्ञानामृत यो मोहपाशो छुट्दछ सबको ॥४

भित्र छ आफू बाहिर खोजी कसरी मिल्दछ आत्मचिनारी ।
सत्य यही हो देह विनाशी आत्मा मात्रै यो अविनाशी ॥५

✠ ✠ ✠

कृष्णजन्म

कृष्णाको जन्म भो दिव्य आनन्द भो । सत्य प्राकट्य भो सन्तमा दृष्टि भो ॥

ध्यानीमा ध्यानको ज्ञानीमा ज्ञानको दिव्य आभास भो सृष्टिको सार भो ।
मन्द हावा चल्यो सुस्त वर्षाद भो पुष्पको वृष्टि भो लोक आनन्द भो ॥१

दुष्ट धुर्त सुते जेल नेल खुले सिद्ध सन्त उठे नाद भो ओमको ।
ज्ञानमा भक्तिको शक्ति सञ्चार भो छैन विष राग यो मोह संसारको ॥२

ज्ञानले कर्मले भक्तिले मिल्छ जो ब्रह्मआनन्द नै कृष्ण भै जन्म भो ।
ज्ञान वैराग्यमा भक्तिको योग भो वर्षियो कृष्ण रस् रास आरम्भको ॥३

✠ ✠ ✠

विन्ध्यवासिनी

भजामि विन्ध्यवासिनीम् जपामि विन्ध्यवासिनीम्,
पठामि विन्ध्यवासिनीम्, स्मरामि विन्ध्यवासिनीम् ।
दयामयि, सुधामयि पठामि ज्ञानरुपिणिम् ।
स्रजन्लयादि कारिणिं नमामि विन्ध्यवासिनीम् ॥१

अपार ज्ञान स्रोत हौ, दिशादिगन्त व्याप्त छौ ।
अणु म पूर्ण छौ तिमी, रहस्यमा अगम्य छौ
चिनाउ आउ हातमा समाउ राख काखमा
कृपामयि दयागरे सधैँ रहूँ म साथमा ॥२

अखण्ड नित्य तत्व हौ अनन्त भै सहस्र छौ
म एक विन्दु हुँ तिमी त सार सिन्धु हौ
नपाइ भेउ सत्यको गडिरहेछु भासमा ।
उतार पार लाउ है समाइ हात लौ उमा ॥३

अनेक दोष छन् ममा तिमी त दोष मुक्त छौ
अबोध बाल हुँ म ता तिमी असार सार हौ ।
म अल्झिएँ, म जेलिएँ, फसेँ म मोह पाशमा
दया गरी महेश्वरी, लिनु हओस् साथमा ॥४

त्रितापनासिनी तिमी उमा रमा सरस्वती
वियोग शोक भञ्जिनी त्रिलोक दिव्य रञ्जिनी ।
हिरण्यगर्भ वेद देह शुद्धबुद्ध सुप्रभा
अनाथनाथ भै सदा समाऊ हात शैलजा ॥५

✠ ✠ ✠

ॐ कार जपौँ

ॐ कार ध्वनि नारायणको सृष्टिको उद्गार हो
श्रुतिस्मृति पुराण सबको यही एक सार हो ।

जपौँ ॐ कार यो भजौँ ॐ कार यो
सृष्टिस्थिति प्रलयको यही एक सार हो ।
ब्रह्माविष्णुमहेश्वरको योग ॐ कार हो
जाग्रतस्वप्नसुसुप्तिको योग ॐ कार हो ॥१

कालीलक्ष्मी सरस्वती योग ॐ कार हो
सतचिदानन्दको स्रोत ॐ कार हो ।
ब्रह्ममा पुऱ्याउने यही एक सार हो
ज्ञानकर्मयोगी भन्छन् जपौँ ॐ कार यो ॥

अ उ म र चन्द्रबिन्दु युक्त ॐ कार यो
सृष्टिआरम्भको शब्द ॐ कार हो
भित्रभित्रै हृदयमा खुल्छ ॐ कार हो
नादब्रह्म भन्नु यही शब्द ॐ कार हो ॥

✠ ✠ ✠

विविध आरतीप्रकरण

पाञ्चायतन आरती

ॐ आ रात्रि पार्थिव ँरजः पितुरप्रायि धामभिः
दिवः सदा ँसि बृहती वि तिष्ठस आ त्वेषां वर्तते तमः ॥
कदलीगर्भसम्भूतं घनसार मनोहरं ।
आरार्तिकमहं कुर्वे पश्यमे वरदो भव ॥

ॐ करुणापारावारं कलिमल परिहारं कद्रुसुतसहितारं करधृत कल्हारम्
घनपटलाभ शरीरं कमलोद्भवपितरं कलहे विष्णुमुधारं कमलाभर्तारम् ॥
ॐ जयदेव जयदेव

भूधरजारति लीलं मङ्गलकरशीलं भूजगेसंस्मृतिलोलं भूजगावलीमालं
भूषाकृतिमति विमलंसन्धृतगाङ्गजलं भूयोनौमिकृपालं भूतेश्वर मतुलम् ॥
ॐ जयदेव जयदेव

विघ्नारण्यहुताशंविहितानयनाशं विपदवनीधरकुलिशविधृतांकुशपाशं
विजयार्कज्वलिताशंविदलितभवपाशं विनतास्मोभयमनिशंविद्याविववेशं ॥
ॐ जयदेव जयदेव

कश्यपसुनुमुदारं कालिन्दिपितरं कालत्रितयविहारं कामुक मन्दारं
कारुण्याब्धिमपारं कालानलमुदरं कारण तत्त्व विचारं कामय उष्मकरम् ॥
ॐ जयदेव जयदेव

निगमैर्नुतपदकमले निहता सुरजाले हस्तेधृतकरवाले निर्जरजनपाले
नितरंकृष्णकृपाले निरवधिगुणलिले निर्जरनुतपदकमले नित्योत्सवशिले ॥
ॐ जयदेव जयदेव जय केशवहरगज मुखसवित–
र्नगतनयेऽहं चरणौ तव कलये ॐ जयदेव जयदेव ।

✠ ✠ ✠

गणेश आरती

ॐ जय गणेश जय गणेश जय गणेश देव ।
माता देवी पार्वती, पिता महादेव ॥

एकदन्त दयावन्त चार भुजाधारी ।
शिर सिन्दुर सुहाउने मुसाको सवारी ॥ ॐ जय गणेश

अन्धालाई आँखा दिने, कोढीलाई काया ।
बाँझीलाई पुत्र दिने, निर्धनलाई माया ॥ ॐ जय गणेश

दुबो चढ्छ फूल चढ्छ, फल अनि मेवा ।
लड्डूको भोग् लगाएर भक्त गर्छन् सेवा ॥ ॐ जय गणेश

दुःखीलाई सुख दिने विघ्न हटाइदिने ।
मनका इच्छा पूरा मुक्ति पनि दिने ॥ ॐ जय गणेश

✠ ✠ ✠

सूर्य आरती

देवी आरात्रि

प्रवरातीरनिवासिनीनिगमप्रतिपाद्ये
पारावारविहारिणि नारायणी हृद्ये ।
प्रपञ्चसारे जगदाधारे श्रीविद्ये
प्रपन्नपालननिरते मुनिवृन्दाराध्ये ॥१
ॐ जय देवि जय देवि जय मोहनरूपे !
मामिह जननि समुद्धर पतितं भव कूपे ।

दिवयसुधाकरवदने कुन्दोज्ज्वलरदने
पदनखनिर्जितमदने मधुकैटवकदने ॥
विकसितपङ्कजनयने पन्नगपतिशयने
खगपति गहनेगहने सङ्कटवहन दहने॥ ॐ जय देवि जय देवि.....

मञ्जिराङ्कितचरणे मणिमुक्तभरणे
कञ्चिकीवस्त्रावरणे वक्त्राम्बुजधरणे ।
शत्र,ामयभयहरणे भूसुरसुखकरणे
करुणां कुरु मे शरणे गजनत्रोद्धरणे ॥३ ॐ जय देवि जय देवि.....

छित्त्वा राहुग्रीवां पासि त्वं विबुधान्
ददासि मृत्युमनिष्टपीयूषं विबुधान् ।
विहरसि दानव ऋद्धान् समरे संसिद्धान्
मध्वमुनीश्वरवरदे पालय संसिद्धान् ॥४ ॐ जय देवि जय देवि ..

✠ ✠ ✠

श्रीदेवीजीकी आरती

जगजनी जय ! जय !! मा ! जगजननी जय ! जय !!)
भयहारिणि, भवतारिणि, भवभामिनि जय ! जय !! जग.
तू ही सत-चित-सुखमय शुद्ध ब्रह्मरूपा ।
सत्य सनातन सुन्दर पर-शिव सुर-भूपा ॥ १ ॥ जग.
आदि अनादि अनामय अविचल अविनाशी ।
अमल अनन्त अगोचर अज आनँदराशी ॥ २ ॥ जग.
अविकारी, अघकारी, अकल, कलाधारी ।
कर्त्ता विधि, भर्त्ता हरि, हर सँहारकारी ॥ ३ ॥ जग.
तू विधिवधू, रमा, तू, उमा, महामाया ।
मूल प्रकृति विद्या तू, तू जननी, जाया ॥४ ॥ जग.
राम, कृष्ण तू, सीता, व्रजरानी राधा ।
तू वाञ्छाकल्पद्रूम, हारिणि सब बाधा ॥ ५ ॥ जग.
दश विद्या, नव दुर्गा, नानाशस्त्रकरा ।
अष्टमातृका, योगिनि नव नव रूप धरा ॥ ६ ॥ जग.
तू परधामनिवासिनि, महाविलासिनि तू ।
तू ही श्मशानविहारिणि, ताण्डवलासिनि तू ॥ ७ ॥ जग.
सुर-मुनि -मोहिनि सौम्य तू शोभाऽऽधारा ।
विवसन विकट-सरूपा, प्रलयमयी धारा ॥ ८ ॥ जग.
तू ही स्नेह-सुधामयि, तू अति गरलमना ।
रत्नविभूषित तू ही, तू ही अस्थि-तना ॥ ९ ॥ जग.
मूलाधारनिवासिनि, इह-पर-सिद्धिप्रदे ।
कालातीता काली, कमला तू वरदे ॥ १० ॥ जग.
शक्ति शक्तिधर तू ही नित्य अभेदमयी ।
भेदप्रदर्शिनि वाणी विमले ! वेदत्रयी ॥ ११ ॥ जग.
हम अति दीन दुखी मा ! विपत- जाल घेरे ।
हैं कपूत अति कपटी, पर बालक तेरे ॥१२ ॥ जग.

निज स्वभाववश जननी ! दयादृष्टि कीजै। करुणा कर करुणामयि ! चरण-शरण दीजै ॥ १३ ॥ जग.

आरती

ॐ जय अम्बे गौरी मैया जय मङ्गल मूर्ति मैया जय आनन्द करणी।
तुमको निशदिन ध्यावत हरि ब्रह्मा शिवजी। ॐ जय
माँग, सिँदुर विराजत टीको मृगमद को।
उज्वल से दोऊ नैना चन्द्र वदन नीको। ॐ जय
कनक सामान कलवर रक्ताम्बर राजे,
रक्त पुष्प गलमाला कंठन पर साजे। ॐ जय
केहरी वाहन राजत खड्क खप्परधारी ,
सुर नर मुनिजन सेवत तिनके दुःखहारी। ॐ जय
कानन कुण्डल शोभित नासा गज मोती,
कोटिक चन्द्र दिवाकर सम राजत ज्योति। ॐ जय
शुम्भ निशुम्भ बिडारे महिषासुर घाती,
धुम्र विलोचन नैना निशदिन मदमाती। ॐ जय
चण्ड मुण्ड संहारे शोणित बिज हरे ,
मधु कैटभ दोऊ मारे सुर भय हीन करे। ॐ जय
ब्रह्माणी रुद्राणी तुम कमला रानी,
आगम निगम बखानी तुम शिव पटरानी। ॐ जय
चौसठ योगिनी मङ्गल गावत नृत्य करत भैरु,
बाजत ताल मृदंगा और बाजत डमरु। ॐ जय
तुम ही जग की माता तुम ही हो भरता,
भक्तन की दुःख हरता सुख सम्पति करता। ॐ जय
भुजा चार अति शोभित खड्ग खप्परधारी,
मनवांछित फल पावत सेवत नर नारी। ॐ जय
कंचन थाल विराजत अगर कपूर बाती,
श्रीमात केतु मैँ राजत कोटि रतन ज्योति। ॐ जय
माँ अम्बेजी की आरती जो कोई नर गावै,

कहत शिवानन्द स्वामी सुख सम्पत्ति पावै । ॐ जय
ॐ जय अम्बे गौरी ....

✠ ✠ ✠

गङ्गाधर आरती

ॐ जय गङ्गाधर जय हर जय गिरिजाधीश ।
त्वं मां पालय नित्यं कृपया जगदीशा ॥ १ ॐ हरहर
कैलासे गिरिशिखरे कल्पद्रुमविपिने ।
गुञ्जति मधुकरपुञ्जे कुञ्जवने गहने ॥२ ॐ हरहर
कोकिलकूजित खेलत हंसावन ललिता ।
रचयति कलाकलापं नृत्यति मुदसहिता ॥३॥ॐ हरहर
तस्मिंल्ललितसुदेशे शाला मणिरचिता ।
तन्मध्ये हरनिकेट गौरी मुदसहिता ॥४ ॐ हरहर
क्रीडा रचयति भूषारञ्जित निजमीशम् ।
इन्द्रादिक सुर सेवत नामयते शीशम् ॥५॥ॐ हरहर
बिबुधबधू बहु नृत्यत हृदये मुदसहिता ।
किन्नर गायन कुरुते सप्त स्वर सहिता ॥६॥ॐ हरहर
धिनकत थै थै धिनकत मृदङ्ग वादयते ।
क्वण क्वण ललिता वेणुं मधुरं नादयते ॥७॥ॐ हरहर
रुण रुण चरणे रचयति नूपुरमुज्वलिता ।
चक्रावर्ते भ्रमयति कुरुते तां धिक तां ॥८॥ॐ हरहर
तां तां लुप चुप तां तां डमरु वादयते ।
अंगुष्ठांगुलिनादं लासकतां कुरुते ॥९॥ॐ हरहर
कर्पूरद्युतिगौरं पञ्चाननसहितम् ।
त्रिनयनशशिधरमौलिं विषधरकण्ठयुतम् ॥१०॥ ॐ हरहर
सुन्दरजटाकलापं पावकयुत्रभालम् ।
डमरुत्रिशूलपिनाकं करधृतनृकपालम् ॥११॥ ॐ हरहर

मुण्डै रचयति माला पन्नगमुपवीतम् ।
वामविभागे गिरिजारूपं अतिललितम् ॥१२॥ॐ हरहर
सुन्दरसकलशरीरे कृतभस्माभरणम् ।
इति वृषभध्वजरूपं तापत्रयहरणम् ॥१३॥ ॐ हरहर
शङ्खनिनादं कृत्वा झल्लरि नादयते ।
नीराजयते ब्रह्मा वेदऋचां पठते ॥१४ ॐ हरहर
अतिमृदुचरणसरोजं हृत्कमले धृत्वा ।
अवलोकयति महेशं ईशं अभिनत्वा ॥८॥ ॐ हरहर..

शिवआरति(नेपाली)

ॐ जय शिव शंकर शम्भो जय गिरिजाधीश । (शिव)
जयजय करुणा सागर पशुपति जगदीश ।
ॐ हरहरहर महादेव

गिरि कैलाश निवास छ, गण छन् सहचारी । (शिव)
मुण्ड माला छ गलामा,रूप छ भयहारी । ॐ हरहर

डमरुत्रिशुल सुशोभित प्रभुका दुई करमा । (शिव)
भुषण नाग विराजित, बाघाम्बर तनमा ।ॐ हरहर

तीन नयनमा थरीथरी ज्योति छ दिव्य सदा । (शिव)
वाहन वृषभ मनोहर सँगमा छन् गिरिजा । ॐ हरहर

भस्म विलेपन सुन्दर शिरमा चन्द्रकला । (शिव)
कलकल बग्छिन् हरदम् गङ्गा पुण्य जला । ॐ हरहर

ब्रह्मा, विष्णु, महेश्वर प्रभुका रूप सबै । (शिव)
सृष्टिस्थितिलय सब हुन् शिवलिला प्रभुकै ।ॐ हरहर

वेद पुराण थकित छन् प्रभुको वर्णनमा । (शिव)
कणकण व्यापक प्रभुको महिमा त्रिभुवनमा ॐ हरहर

सुरनर मुनि सब प्रभुकै निसदिन ध्यान गरी । (शिव)
परमानन्द मगन भै जान्छन् पार तरी ।ॐ हरहर

सचिदानन्द परात्पर सज्जन हितकारी । (शिव)
जगज्जग म्याम्बसदा शिव जयजय त्रिपुरारी ॐ हरहर

जय जगदीश हरे

ॐ जय जगदीश हरे प्रभु जगदीश हरे
प्रभुका चरण उपासक कति कति पार तरे । ॐ जय जगदीशहरे ।

मनको थाल मनोहर प्रेमरूप वाती
भाव कपूर छ मङ्गल आरती सब भाँती । ॐ जय जगदीशहरे ।

नित्य निरञ्जन निर्मल कारण अविनाशी
शरणागत प्रतिपालक चिन्मय सुखराशी । ॐ जय जगदीशहरे ।

सृष्टिस्थितिलयकर्ता त्रिभुवनका स्वामी
भक्तिसुधा वर्षाऊ शरण पऱ्यौ हामी । ॐ जय जगदीशहरे ।

आसुर भाव निवारक तारक सुखदाता
गुण अनुरूप तिमी हौ हरिहर औ धाता । ॐ जय जगदीशहरे ।

युगयुग पालन गर्छौ अगणित रूप धरी
लीलामय रस विग्रह करुणा मूर्ति हरि । ॐ जय जगदीशहरे ।

समता शान्ति प्रदायक सज्जन हितकारी
चरणशरण अब पाऔं प्रभु भवभयहारी । ॐ जय जगदीशहरे ।

भाव सुनिर्मल देऊ साधक फलदायी
जीवन धन्य बनोस् प्रभु पदसेवा पाई । ॐ जय जगदीशहरे ।

संयम सुरसरिताको अविरल धार बहोस्
जतिजति जन्म भएपनि प्रभुमा प्रेम रहोस् । ॐ जय जगदीशहरे ।

प्रेमसहित शुभआरती जसले नित्य गर्‍यो
दिनदिन निर्मल बन्दै त्यो भवसिन्धु तर्‍यो । ॐ जय जगदीशहरे ।

✠ ✠ ✠

श्रीमद्भागवतकी आरती

आरती अतिपावन पुरानकी । धर्मभक्ति विज्ञान-खानकी ॥
शुक-मुख-विगलित निगम-कल्प-फल । परमानन्द-सुधा-रसमय कल ।
लीला-रति-रस रसनिधानकी । आरती अतिपावन पुरानकी ।

धर्मभक्ति विज्ञाान-खानकी । कलि-मल-मथनि त्रिताप-निवारिनि ।
जन्म-मृत्युमय भव-भय-हारिनि । सेवत सतत सकल सुख-कारिनि ।
सुमहौषधि हरि-चरित-गानकी । आरती अतिपावन पुरानकी ।

धर्मभक्ति विज्ञाान-खानकी । विषय-विलास-विमोह-विनाशिनि ।
विमल विराग विवेक विकाशिनि । भागवत्तत्व-रहस्य प्रकाशिनि ।
परम ज्योति परमात्मा ज्ञाानकी । आरती अतिपावन पुरानकी ।

धर्मभक्ति विज्ञाान-खानकी । परमहंस-मुनि-मन उल्लासिनि ।
रसिक-ह्दय रस-रास विलासिनि भुक्ति, मुक्ति, रति, प्रेम सुदासिनि ।

कथा अकिञ्चनप्रिय सुजानकी । आरती अतिपावन पुरानकी ।
आरती अतिपावन पुरानकी । धर्मभक्ति विज्ञाान-खानकी ॥

✠ ✠ ✠

श्रीतकमला

श्रीतकमला कुच मण्डन धृत कुण्डल ए ।
कलित ललित वनमाला जय जय देव हरे ॥ध्रु॥

दिनमणिमण्डल मण्डल भव खञ्जन ए ।
मुनि जन मानस हंस जय जय देव हरे ॥१॥

कालय विषधर गञ्जन जनरञ्जन ए ।
यदुकुलनलिनदिनेश जय जय देव हरे ॥२॥

मधुमुरनरकविनाशन हे गरुडाशन ए ।
सुरकुलकेलि निदान जय जय देव हरे ॥३॥

अमल कमल दल लोचन भव मोचन ए ।
त्रिभुवन भुवन निदान जय जय देव हरे ॥४॥

जनकसुता कृत भुषण जित दुषण ए ।
समरसमित दशकण्ठ जय जय देव हरे ॥५॥

अभिनव जलधर सुन्दर धुतमन्दर ए ।
श्रीमुखचन्द्र चकोर जय जय देव हरे ॥६॥

तवचरणेप्रणता वयमितिभावय ए ।
कुरुकुशलं प्रणतेषु जय जय देव हरे ॥७॥

श्री जयदेव कवेरिदं कुरुते मुदम् ए ।
मङ्गलमुज्ज्वलगीतं जय जय देव हरे ॥८।

✠ ✠ ✠

राशी अनुसारका स्वामी ग्रह देवता मन्त्र र इष्ट देवता

राशी	स्वामी	इष्ट देवता	जप मन्त्र	उपाश्य देवता
मेष	मंगल	विष्णु	ॐ श्री लक्ष्मीनारायणाय नमः	श्री गणेश
वृष	शुक्र	वासुदेव	ॐ ह्रीं विश्वरुपाय नमः	श्री दुर्गा
मिथुन	बुध	केशव	ॐ क्रीं केशवाय नमः	श्री कूवेर
कर्कट	चन्द्र	हरिवंश	ॐ ह्रीं हरिहराय नमः	श्री शिव
सिंह	सूर्य	मुकुन्द	ॐ बालमुकुन्दाय नमः	श्री सूर्य
कन्या	बुध	पीताम्बर	ॐ ह्रीं परमात्मने नमः	श्री कुवेर
तुला	शुक्र	राम	ॐ श्रीरामाय नमः	श्री दुर्गा
वृश्चिक	मंगल	जानकी	ॐ श्री क्लीं जानकी रामाय नमः	श्री गणेश
धनु	गुरु	धरणीधर	ॐ ह्रीं श्रीं क्रीं धरणीधराय नमः	श्री दत्तात्रेय
मकर	शनि	ब्रह्म मातृका	ॐ श्रीवत्साय उपेन्द्राय नमः	श्री हनुमान
कुम्भ	शनि	गोपाल/गोविन्द	ॐ श्री गोपाल गोविन्दाय नमः	श्री दत्तात्रेय
मीन	गुरु	चक्रपाणी	ॐ ह्रीं क्रीं चक्राय नमः	श्री हनुमान

त्वदीय वस्तु गोविन्द तुभ्यमेव समर्पणम्

✠ ✠ ✠